



EUROPA: ITALIEN

ITALIEN: FRAUENREISE NACH LIGURIEN

- > In einem schönen Ort direkt am Strand wohnen
- > Genua, La Spezia, Porto Venere, Portofino besichtigen
- > 1 Wanderung im UNESCO Weltkulturerbe Cinque Terre
- > 1 E-Biketour entlang der Küste
- > Kochkurs mit ligurischen Rezepten
- > Schiffstour entlang der Küste

Die norditalienische Küstenregion Ligurien zählt zu den schönsten Küsten Europas. Ein schmaler Streifen Land, der alles hat: das Meer und die Berge, sanft geschwungene Buchten und eine dramatisch steile Küste, lebhaftes Hafenstädtchen, stille Dörfer und... beste Küche und guten Wein! Dazu ein Klima, das die schönste Vegetation blühen und die Seele baumeln lässt.

Ein perfektes Urlaubsziel für Genießerinnen und Aktivurlauberinnen zugleich. Alles mit Muße und Zeit zum Genießen, Bummeln, Schiffchen fahren und Wein kosten. **Unterkunft**

Das ***Sterne Hotel Celeste liegt im Herzen der hübschen Stadt Sestri Levante und ist nur eine Gehminuten vom Strand entfernt. Das Hotel bietet helle, klimatisierte Zimmer mit kostenfreiem WLAN. Das hoteleigene Restaurant hat sich auf traditionelle ligurische Rezepte, klassische italienische Küche und internationale Gerichte spezialisiert. Frischer Fisch und ein Salatbuffet runden das Angebot ab. Die Zimmer verfügen über Farb-TV, Safe, Fön, Schreibtisch und Parkett. Das familiengeführte Hotel Celeste liegt circa 300 Meter vom Bahnhof der Stadt entfernt, somit sind alle Hauptattraktionen in Ligurien bequem per Zug zu erreichen.



REISEDETAILS

1. Tag: Ankunft in Sestri Levante

Eigene Anreise per Zug nach Sestri Levante und Check-in im Hotel Celeste.

Es gibt sowohl von Genua als auch von Pisa aus regelmässig direkte Zugverbindungen (Fahrzeit von Genua ca. 1 Std., Kosten für die einfache Fahrt ca. 5-12 €; Fahrzeit ab Pisa ca. 2 Std., Kosten für die einfache Fahrt ca. 8,50- 15 €). Am späten Nachmittag trifft Ihr Euch in der Hotellobby mit der deutschen Reiseleiterin, die Euch bei einem Aperitif willkommen heißt und nochmals kurz das Reiseprogramm vorstellt. Dann erfolgt ein gemeinsamer Orientierungs-Spaziergang durch Sestri Levante.

Das antike Segesta Tigulliorum bietet eine malerische Altstadt, eine zauberhafte Bucht und gleich zwei schöne Sandstrände. Die „Baia delle Favole“ (Märchenbucht) wurde von Hans Christian Andersen auf diesen Namen getauft. Das Zentrum der Stadt bildet die Piazza Matteotti, auf der auch der Dom steht. Hinter dem Dom führt ein Fußweg zur romanischen Pfarrkirche San Nicolò all'Isola aus dem Jahr 1151. Am höchsten Punkt der Halbinsel steht die Torretta Marconi, ein Turm, von dem aus der Physiker Guglielmo Marconi die ersten Kurzwellenexperimente durchführte.

Gemeinsames Abendessen im Hotel.

2. Tag: Das UNESCO Weltkulturerbe Cinque Terre

Einer der schönsten Küstenflecken Liguriens ist unter dem Namen Cinque Terre bekannt, dabei handelt es sich um fünf Fischerdörfer, die hoch auf den Klippen vor steilen Felswänden liegen. Das heute unter dem Schutz der UNESCO stehende Weltkulturerbe war einst ein Piratennest und hat eine 1000 jährige Besiedlungsgeschichte. An diesem Morgen ist ein früher Start vorgesehen: erst geht es zu Fuß zum Bahnhof (5 Gehminuten) und dann per Zug direkt in den Naturschutzpark bis nach Vernazza. Dies ist sicherlich der stimmungsvollste und schickste Ort der Cinque Terre und am Morgen herrscht noch Ruhe und eine einmalige Atmosphäre. Hier finden sich viele einheimische Boutiquen auf der Via Roma. Der Hauptplatz liegt direkt am Hafen und lädt mit seinen bunten Booten, feinen Fischlokalen und bunten Fassaden zum Verweilen ein. Nach einem italienischen Espresso geht die Fahrt weiter nach Corniglia, dem kleinsten Dorf der Cinque-Terre-Orte und der einzige ohne eigenen Hafen. Hier startet die heutige Wanderung* hoch hinauf in die an steilen Hängen konstruierten Weinberge. Nur der Wein hat die Cinque Terre zu dem gemacht, was sie sind – eine beeindruckende Landschaft steil über dem Meer, durchschnitten von Weinterrassenfeldern und Trockenmauern mit einer Gesamtlänge von 7000 km, geschaffen in Jahrhunderten kunstvoller Handarbeit. Der Ausblick von hier ist überwältigend: unten am Meer würfeln sich die pastellfarbenen Häuser der fünf Dörfer übereinander. Hinter Volastra beginnt dann der Abstieg nach Manarola. Hier erwartet Euch die Sommelieuse Yvonne zu einer kleinen Einführung in die Weine der Cinque Terre. Eine Weinprobe mit lokalen Happen ist jetzt genau die richtige Stärkung.

Wanderdauer: ca. 2,5 Std reine Gehzeit, Höhenmeter +/- 400 m *Falls die eine oder andere Teilnehmerin nicht wandern möchte, kann sie sich in der Zwischenzeit weitere Orte der Cinque Terre ansehen, z.B. Monterosso oder Riomaggiore und dann gegen 15.30 Uhr zur Weinprobe wieder zur Gruppe stoßen. Rückfahrt per Zug nach Sestri Levante und Abendessen im Hotel.

3. Tag: Golf von Tigullio und die mondänen Seebäder

Heute Morgen geht es in den wunderschönen Golfo del Tigullio. Der Zug erreicht in kurzer Zeit den hübschen Ort Santa Margherita Ligure - beliebte Adresse und Ankerplatz eleganter Segeljachten. Ein Bummel durch die Gassen der Altstadt führt zur Basilika Santa Margherita d'Antiochia mit bedeutender Malerei aus der ligurischen Barockzeit. Hier genießt Ihr den weiten Rundblick auf Rapallo und den Tigullischen Golf, die Mastenwälder der Segelboote, Hotelpaläste der Belle Epoque und die Strandpromenade.

Mit dem Fährschiff geht es in nur 15 Minuten nach Portofino, einem malerischen Fischerhafen mit mondänem Publikum. Portofino entzückt durch seine buntbemalten Fischerhäuschen am Hafen, die mittlerweile fast alle in elegante Boutiquen und Bars umgestaltet wurden.

Gegen Mittag geht es per Schiff zurück nach Santa Margherita Ligure und nach einer kleinen Mittagspause im Zug nach Zoagli. Hier ist der Besuch einer antiken Seidenmanufaktur geplant. Seit 1849 webt die Familie von Hand an antiken Holzwebstühlen die wunderschönen glatten und gemusterten Samte aus 100 Prozent Seide und erhält damit eine antike Tradition in Ligurien. Rückfahrt per Zug nach Sestri Levante und Abendessen im Hotel.

4. Tag: Halbtägige Rad-Tour in Levanto

Der hübsche mittelalterliche Ort Levanto ist wieder in nur wenigen Fahrminuten per Zug erreicht. Dort werdet Ihr heute radlerisch aktiv, je nach persönlicher Fitness, die elektrischen Fahrräder helfen schnell mal nach, falls sich Müdigkeit einschleichen sollte. Oder aber Ihr relaxt zuhause... Auf dem Fahrradweg geht es die Küste entlang von Levanto über Bonassola nach Framura. Entlang der Strecke bieten sich spektakuläre Ausblicke auf das Meer und die Klippen und es ist möglich an den Strand und an verborgene Buchten zu gelangen, die sonst nur übers Meer erreichbar sind. Der Ort Bonassola hat einen sehr schönen Badestrand, Bars und Eisdielen. In Framura bestaunt Ihr die Kirche St. Martin aus dem 12. Jahrhundert und nach einer kleinen Rast fahrt Ihr über Setta und Anzo wieder zurück. Die wunderschöne Fahrt findet ihren Abschluss bei einem Glas Wein und einem Stück leckerer ligurischer "Focaccia". Dauer circa 4 Stunden. Am Nachmittag Entspannung in Sestri Levante. Das Meer ist im Oktober oft noch warm genug für einen Sprung ins Wasser. Abendessen im Hotel.

5. Tag: Genua - quirlige Hafenstadt

Die Europäische Kulturhauptstadt 2004 hat nicht nur kulturell eine Menge zu bieten. Die Stadt hat einen der bedeutendsten Häfen des Mittelmeerraums und eine schon im Jahr 1471 gegründete Universität. Im Mittelalter war Genua eine der vier italienischen Seerepubliken und eine der mächtigsten Handelsstädte Italiens. Genua hat in den letzten 20 Jahren einen tiefgreifenden Wandel durchlebt, den Ihr am besten am "Porto Antico", dem alten Hafen erkennen könnt. Früher Zentrum des Handels ist er heute ein touristischer Hafen für hunderte von Booten und Yachten und ein Kulturzentrum, wo vor allem das Aquarium zum Hauptanziehungspunkt geworden ist. Ihr erreicht Genua bequem mit dem Zug (circa 1,5 Std.) und startet sogleich einen vergnüglichen Stadtrundgang, bei dem die wichtigsten Sehenswürdigkeiten wie der Palazzo di San Giorgio, Dom San Lorenzo, die Piazza San Matteo mit der gleichnamigen Kirche, der Familienkirche des mächtigen Adelsgeschlechts der Doria und der Palazzo Ducale (außen), einstiger Sitz der Dogen besichtigt werden.

Ein Abstecher zum überdachten "orientalischen Markt" darf nicht fehlen: hier könnt Ihr die kulinarischen Köstlichkeiten in der historischen Markthalle genießen, bevor Ihr vorbei an Palästen und durch verwinkelte Gassen das charmante Hafenviertel erreicht. Zeit für individuelle Entdeckungen.

Auf Wunsch kann am Nachmittag eine etwa 1,5-stündige Bootsrundfahrt im Hafen organisiert werden (gegen Aufpreis).

Rückfahrt per Zug nach Sestri Levante. Abendessen im Hotel.

6. Tag: La Spezia, Porto Venere und Schiffstour Cinque Terre

Dieser Vormittag ist der zweitgrößten Stadt Liguriens gewidmet. Bei einem Rundgang durch La Spezia macht Ihr Euch ein Bild von der Innenstadt aus dem 19. Jahrhundert. Über Treppenwege erreicht Ihr dann das Castello di San Giorgio. Diese einstige Fieschi-Festung aus dem Mittelalter beherbergt heute ein archäologisches Museum, in dem die berühmten Lunigiana-Stelen aus dem 4. Jahrtausend vor Chr. von besonderem Interesse sind. Noch dazu habt Ihr von hier oben einen wunderschönen Panoramablick.

Am Nachmittag nehmt Ihr die Fähre nach Porto Venere, auf einer felsigen Halbinsel im Golf der DichterInnen gelegen. Der kleine Hafen mit bunten Häusern, die engen Gassen, die zum Schloss führen, und die Kirche, die auf dem Felsen steht, sind perfekt für einen romantischen Spaziergang.

Nach etwa einer Stunde setzt Ihr die Fahrt auf dem Schiff fort in Richtung Norden bis nach Monterosso. Auf diese Weise könnt Ihr nun nochmals die Cinque Terre an Euch vorbeigleiten lassen und die einzigartige Küstenlandschaft genießen.

In Monterosso geht Ihr an Land und per Zug fahrt Ihr zurück nach Sestri Levante. Abendessen im Hotel.

7. Tag: Shopping in Chiavari und gemeinsamer Kochkurs

An diesem Vormittag steht ein Besuch in Chiavari auf dem Programm: hier gibt es ein paar sehr schöne Adressen zum Schauen und Shoppen. Der kleine Ort ist mit seinen schattigen Laubengängen und bunten Märkten einer der ursprünglichsten und reizvollsten in Ligurien. Hier findet sich noch Traditions Handwerk wie die Campanino-Stühle mit geflochtener Sitzfläche und wie die Spitze in der aus dem Orient entlehnten Makramee-Knüpfttechnik.

Am frühen Nachmittag geht es per Zug zurück nach Sestri Levante. Zeit zum Bummeln und Entspannen.

Gegen 17 Uhr dann treffen sich alle in einem charmanten Restaurant im Herzen von Sestri Levante zum vergnüglichen Abschiedsabendessen.

Doch zuerst erwartet Euch die Chefin in der Küche zur Arbeit: bei einem Kochkurs werdet Ihr unter fachkundiger Leitung einige der besten ligurischen Rezepte zubereiten. Ihr lernt u.a. die richtigen Zutaten für ein echtes Pesto zu wählen und diese dann auf traditionelle Weise mit dem Mörser zu verarbeiten. Von Düften und Farben umgeben, werdet Ihr viel Spaß bei dieser kleinen Kochlektion haben und anschließend das selbstgemachte 3-Gang- Abendessen gemeinsam genießen.

8. Tag: Individuelle Abreise

Nach dem Frühstück ist Check-out und Ihr tretet Eure Heimreise an.

TERMINE UND PREISE			
von	bis	Plätze	Preis in €
06.10.2018	13.10.2018	X	1.290 €
Anmeldeschluss 30.06.			
08.06.2019	15.06.2019	X	1.390 €
25.09.2019	02.10.2019	X	1.290 €

Viele = ✓ Wenige = ! keine = X

LEISTUNGEN

- > 7 Übernachtungen im 3-Sterne Hotel im DZ mit Frühstück
- > 6x dreigängiges Abendessen (auch vegetarisch) im Hotelrestaurant ohne Getränke
- > Programm wie ausgeschrieben
- > Willkommensdrink im Hotel
- > Deutschsprachige Wanderführerin Cinque Terre
- > Weinprobe in Manarola mit 4 Weinen und Snacks
- > Tageskarte "Cinque Terre Card" (beliebig viele Fahrten zwischen 5 Ortschaften)
- > Linienschiff von Santa Margherita Ligure bis Portofino und zurück und von La Spezia nach Porto Venere bis nach Monterosso
- > Führung durch die Seidenmanufaktur
- > E-Bike inkl. Helm, Radführerin und Glas Wein mit Focaccia
- > Eintrittsgebühr Castello di San Giorgio, La Spezia
- > Kochkurs mit 3-Gang-Abschiedsessen (ohne Getränke) in einem Restaurant
- > Deutschsprachige Reiseleiterin
- > Alle Zugfahrten laut Programm

ZUSATZLEISTUNGEN

- > (300 €)
Einzelzimmerzuschlag
- > (300 €)
Einzelzimmerzuschlag
- > (10 €)
Hafenrundfahrt Genua
- > (280 €)
Einzelzimmerzuschlag

NICHT ENTHALTENE LEISTUNGEN

- > An- und Abreise
- > Reiserücktritts- /Reiseabbruchsversicherung
- > Getränke
- > Mittagessen
- > Kurtaxe (1,50 €/Tag)

TEILNEHMER/INNEN

Mindestanzahl von Personen: 8

Maximalanzahl von Personen: 10

ZAHLUNGSMODALITÄTEN

- > Höhe der Anzahlung in Prozent des Reisepreises: 20%
- > Fälligkeit der Restzahlung: 21 Tage vor Reisebeginn
- > Sofern bei der Reise eine Mindestteilnehmerzahl ausgeschrieben ist, ist bei Nichterreichen der Mindestteilnehmerzahl ein Rücktritt vom Reisevertrag seitens des Veranstalters bis spätestens 21 vor Reisebeginn möglich.

WEITERE INFOS

Programmhinweise

- > Flug-, Hotel- und Programmänderungen
- > Änderungen, die den Charakter der Reise nicht beeinträchtigen, sind vorbehalten. Ebenso behalten wir uns Flug-, Hotel- und Programmänderungen bei vergleichbarem Leistungsumfang vor. Obwohl es unsere Absicht ist, die Reise wie beschrieben durchzuführen, kann es durch veränderte Flugpläne, klimatische Besonderheiten, Probleme der Infrastruktur oder anderem zu Abweichungen kommen, bis hin zu einer Änderung der Unterbringung. Wie z.B. Änderung des Tagesablaufs oder Umstellung der Programmtage bei ungünstigen Wetterverhältnissen oder anderen unvorhersehbaren Ereignissen.
- > Die Teilnahme an den Aktivitäten, die optional sind, findet auf Deine eigene Verantwortung statt. Wenn es im Rahmen dieser Aktivitäten zu Beschwerden oder Problemen kommt, wende Dich dann an den jeweiligen Veranstalter, bei dem Du die Leistung gebucht hast.
- >

Reiseleiter/innen

- > Valeria
Es war schon immer mein Wunsch Reiseführerin zu werden, also habe ich im Jahr 2003 die Zulassungsprüfung abgelegt, parallel dazu mein kunsthistorisches Universitätsstudium abgeschlossen und sogleich angefangen, in der Kulturhauptstadt Genua zu führen. Mir macht es Spaß, mein Wissen über meine Heimatregion Ligurien mit Reisenden aus aller Welt zu teilen und ich bilde mich privat durch Ausstellungen, Theaterbesuche, aber auch Wanderungen in neuen Gebieten ständig weiter. Meine Arbeit erfreut mich jeden Tag, da ich dabei meinen Leidenschaften für Kunst, Natur, Sprachen und gutes Essen nachgehen kann. \n\n

Generelle Hinweise

- > Rücktritts- und Zahlungsbedingungen
- > Höhe der Anzahlung in % des Reisepreises: 20% Restzahlung in Tagen vor Reisebeginn: 21 Tage Letzte Rücktrittsmöglichkeit durch die Veranstalterin: 21 Tage vor Reisebeginn
- > Mobilitäts- und sonstige gesundheitliche Einschränkung

- > Für Frauen mit eingeschränkter Mobilität oder sonstigen gesundheitlichen Einschränkungen ist diese Reise evtl. nicht durchgängig geeignet. Kontaktiere uns einfach und wir klären gerne in jedem Einzelfall, ob wir diese Reise für Dich möglich machen können. Letzteres wäre unser großer Wunsch und unser Ziel.

Alle Fragen zur Ausschreibung beantwortet Ihnen der jeweilige Veranstalter unter den oben aufgeführten Kontaktdaten, der für die Angaben und Informationen zur Reise verantwortlich ist.