

ITINERARIO 1



SULLE TRACCE DELLA TRADIZIONE E DELLA NATURA SELVAGGIA

Questo itinerario di crociera è un vero e proprio mix di porti affascinanti e urbani.





NEL SINIS IN BICICLETTA

Giornata intera

Unico dal punto di vista archeologico e naturalistico, la Penisola del Sinis rappresenta un luogo di straordinaria bellezza paesaggistica, lingua di terra che separa il golfo di Oristano dal Mare di Sardegna, ricca di tesori naturalistici ed archeologici. Vi sorge l'antica città di Tharros, ed è anche il sito dove recentemente sono stati scoperti i Giganti di Monti Prama, sculture nuragiche che rappresentano antichi guerrieri. Sarà possibile poter fruire e visitare la penisola attraverso un tour in bicicletta, al fine di godere al meglio delle risorse naturalistiche, culturali ed ambientali.



SARDEGNA

ATTIVITÀ
ALL'APERTO
—
ENOGASTRONOMIA
LOCALE
—
MEZZO DI
TRASPORTO DOLCE

TIPO DI ESCURSIONE

- **Giornata intera**
- **Ambiti interessati** : Cultura, enogastronomia, natura
- **Porto di scalo** : Oristano
 - > **Orario di sbarco** : 09:00
 - > **Orario di imbarco** : 17:00
- **16 - 20 PERSONE**

TIPO DI PUBBLICO

- **Fasce di età** : **GIOVANI** | **ADULTI**
- **Diversificazione** :
SOLO | **COPPIE** | **FAMIGLIE**

DURATA

- Durata in ore **8**

POSIZIONE

- **Primo sito dell'escursione - 9:30**
Penisola del Sinis - Oristano
- **Momento di ristoro - 13:00**
Peschiera Mar' e' Pontis (Cabras - OR)
- **Secondo sito dell'escursione - 15:30**
Museo Civico « G. Marongiu » - Cabras (OR)



ZONA DELL'ESCURSIONE

Un lembo di Sardegna che infonde la sensazione di continuità fra terra e mare. Nell'area protetta della penisola del Sinis e dell'isola di Mal di Ventre, istituita nel 1997 ed estesa Durata in ore 26 mila ettari nel territorio di Cabras, un variopinto campionario di ambienti terrestri e lacustri degradano dolcemente verso spiagge e scogliere. Fondali sabbiosi e praterie di posidonia sono popolati da pesci, molluschi e crostacei: paesaggi sommersi ideali per snorkeling e fotografia subacquea, anche grazie alla presenza di relitti di ogni epoca: navi romane, spagnole e del XX secolo, tra cui un'oneraria di 36 metri affondata tra 80 e 50 a.C. con duemila lingotti di piombo.



INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

Lo stesso itinerario si può effettuare in bus senza l'escursione in bici

Nell'immediato entroterra le dune di sabbia lasciano spazio agli stagni di Cabras, ecosistema palustre tra i più grandi e produttivi d'Europa, popolato da fenicotteri rosa ed altre svariate tipologie aviarie.

Per ripercorrere preistoria e storia del Sinis, si comincia da Tharros: fu villaggio nuragico, colonia fenicia, porto cartaginese, città in età romana, capoluogo in età bizantina e, infine, prima capitale del giudicato d'Arborea, si prosegue poi per il museo di Cabras dove si possono ammirare le statue dei Giganti di Mont'e Prama (VIII secolo a.C), scoperte fortunatamente da un contadino negli anni 70 del 900, costituiscono uno dei tesori più affascinanti della Sardegna.

DESCRIZIONE DELL'ESCURSIONE

Sbarcati nel porto di Oristano, attraverso un servizio navetta ci si dirigerà verso vicina penisola del Sinis: qui si prenderanno delle biciclette ed inizierà un tour lungo la parte terminale della penisola, importante oasi naturalistica che giunge sino alla borgata marina di San Giovanni. Verranno poi visitate le rovine dell'antica città di Tharros, fondata dai Fenici nell'VIII a.C e successivamente conquistata dai Romani, per poi venire governata prima dai Vandali e poi dai Bizantini; prima del pranzo, verrà visitata anche l'antica Chiesa Romanica del VIsec di San Giovanni di Sinis.

Ci si sposterà poi nella Peschiera Mar' e' Pontis, nello stagno di Cabras, dove, dopo la vista che illustrerà l'allevamento dei muggini e la produzione della bottarga, importante prelibatezza isolana, sarà possibile poter effettuare un pranzo a base di pesce locale, in compagnia dei pescatori. Successivamente si tornerà a Cabras per visitare il museo "Civico G.Marongiu" dove sono esposti alcuni dei Giganti di Monti Prama. Dopo la visita è previsto il rientro verso il porto di Oristano.

CONTATTO

Dott.ssa Giuseppina Scorrano

Responsabile Settore Promozione Turismo

Centro Servizi Promozionali per le Imprese
Azienda Speciale della Camera di Commercio di
Cagliari

Largo Carlo Felice 66 - 09126 Cagliari

Tel. +39 070 60512330

Email : turismo@csimprese.it

Site : www.csimprese.it





By



ECOTOUR IN BICI ELETTRICA O IN CANOA INTORNO ALLA FAVOLOSA ROCCIA DI ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

DA FRÉJUS E DA SAINT-RAPHAËL

Escursioni di giornata



VAR PROVENZA

ATTIVITÀ
ALL'APERTO
SITO NATURALE
D'ECCEZIONE
MEZZO DI
TRASPORTO DOLCE

TIPO DI ESCURSIONE

- Escursioni di giornata
- **Ambiti interessati** : Libero, natura, sport
- **Porto di scalo** : Fréjus, Saint-Raphaël
- GRUPPO VIP | **GRUPPO PICCOLO** | GRUPPO MEDIO
- **Da aprile a ottobre**

TIPO DI PUBBLICO

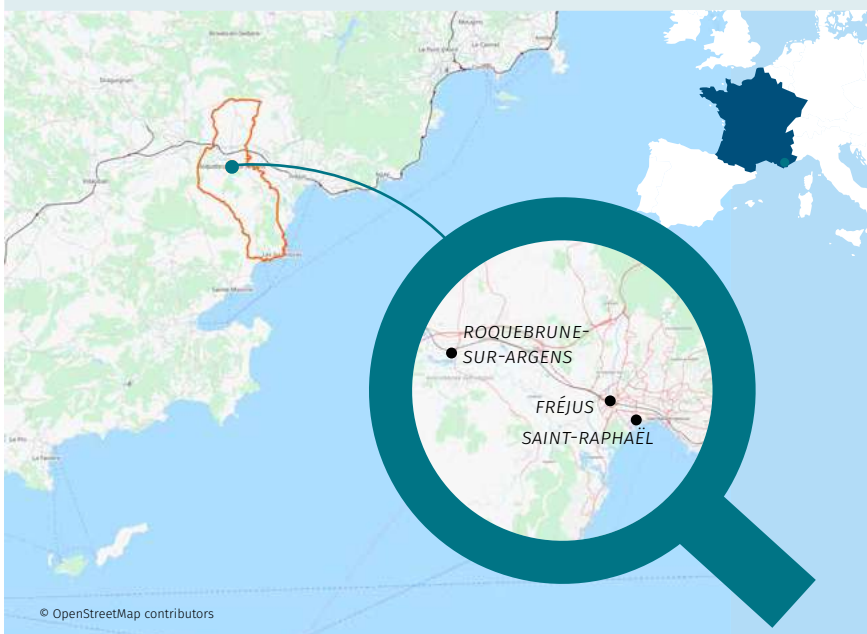
- **A partire dai 12 anni, famiglie**
(Non adatto ad un pubblico a mobilità ridotta)

DURATA

- Durata in ore **6, pausa pranzo compresa**

POSIZIONE

- **Fase 1** : degustazione di vini in una cantina
- **Fase 2** : passeggiata in bicicletta elettrica sui sentieri tracciati del Rocher
- **Fase 3** : degustazione di cioccolato nel borgo medievale di Roquebrune-sur-Argens
- **Fase finale** : canoa sul fiume Argens
Scelta dell'ordine



PARTIRE PER UN'AVVENTURA!

Se è appassionato di canoa, di bicicletta, fan del cioccolato o di buon vino biologico, a Roquebrune-sur-Argens sarà viziato circondato da paesaggi rari e selvaggi ! L'Argens, un fiume costiero classificato NATURA 2000 che attraversa il territorio roccioso del massiccio dei Mori, è l'habitat naturale di una flora e di una fauna conservata e protetta.

La invitiamo a scoprire questa gemma di biodiversità nella territorio della Provenza del dipartimento del Var.



SI GODA UN GIRO NEI VIGNETI CON LA BICICLETTA ELETTRICA

Scopra una cantina rinomata ed assapori la way of life alla provenzale ! Dopo un giro di 7 chilometri in bicicletta elettrica nella campagna provenzale, farà una sosta in una cantina autentica e parteciperà ad una masterclass divertente dove le presenteremo la regione del vino della Provenza così come le basi della degustazione. Incontrerà degli enologi appassionati e sensibili alle iniziative ecosostenibili, fedeli alle tradizioni e fieri del loro patrimonio.

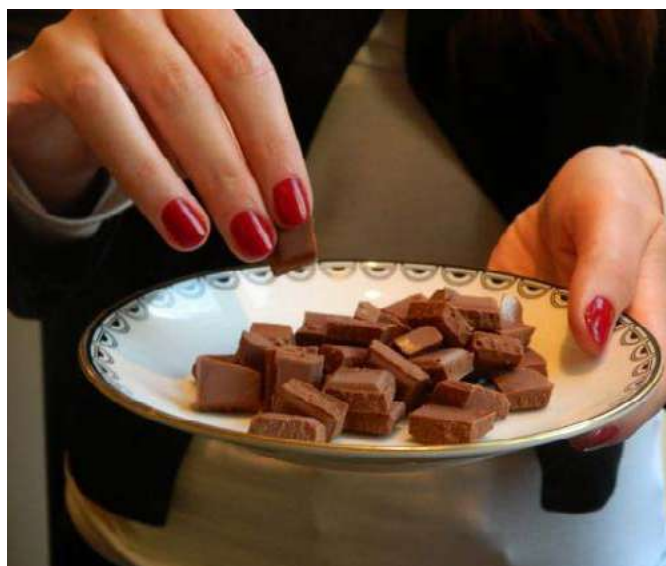
SCOPRA IL PATRIMONIO NATURALE E CULTURALE IN BICICLETTA

Si goda la vista panoramica della montagna di Roquebrune in sella ad una bici elettrica. Dopo un giro di un'ora, visiti Roquebrune-sur-Argens, antico villaggio medievale circondato da 7 vigneti, campi di ulivi e parecchi apicoltori. Assaggi i prodotti locali ed il cioccolato delizioso fatto dai pasticceri unici di questo villaggio provenzale autentico. L'intera famiglia godrà di questa esperienza !

APPROFITTI DI UN PANORAMA ECCEZIONALE DURANTE IL VOSTRO GIRO IN CANOA

La Base du Rocher, centro di attività all'aperto, è un punto di partenza favoloso per gli amanti di natura. Segua il corso del fiume e si goda una vista eccezionale del Rocher di Roquebrune, una montagna alta 373 metri. Trattandosi di un percorso facile senza rapide, farà un giro circolare di 6 chilometri prima di ritornare alla Base du Rocher dove potrà rilassarsi sotto un albero secolare.

Opti per questo giro facile in canoa se è la sua prima volta.



INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

- Partenze ogni ora dalle 9.00 Alle 13.00
- Imbarcazioni possibili: per 1 o 2 persone
- Materiali forniti: bidone impermeabile, giubbotto di salvataggio, casco
- Prevedere: scarpe impermeabili, crema solare

CONTATTO



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr





By



I TERRITORI DEL VERDON TRA NATURA E ECCELLENTE GASTRONOMIA

DA FRÉJUS, SAINT-RAPHAËL

1 giornata intera



VAR PROVENÇA

NATURA
—
SCOPERTA
—
GASTRONOMIA

TIPO DI ESCURSIONE

- 1 giornata
- **Ambiti interessati** : Natura, Scoperta, Gastronomia
- **VIP TOUR** | **GRUPPI PICCOLI** | **MEDI**
- **Tutto l'anno (da novembre a marzo per la stagione del tartufo nero)**

TIPO DI PUBBLICO

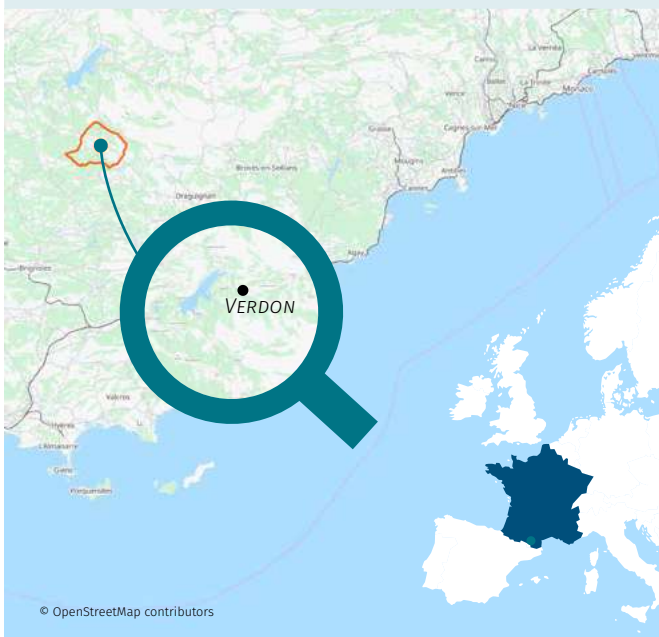
- **Tutti, famiglie**

DURATA

- Durata in ore **6 ore sulla base dei workshops scelti**

POSIZIONE

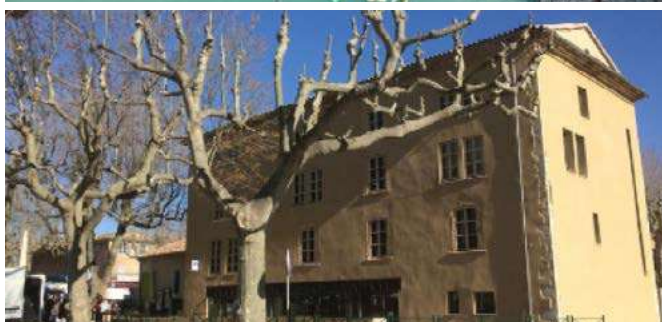
- **Aups (Alto Var)**
- **1:15 dai porti del Fréjus, Saint-Raphael e 1:30 da Tolone**



NEI SEGRETI DEL TARTUFO !

Maison de la Truffe si trova nel cuore del Villaggio delle Aups, e offre a grandi e piccini, dilettanti, esperti o neofiti, un tuffo divertente nell'atmosfera sotterranea e misteriosa del diamante nero delle Aups. La "Maison de la Truffe" comprende 4 mondi di esperienze con atmosfere e destinazioni complementari.

- L'avventura del tartufo - Spazio sensoriale polisensoriale
- Il tartufo attraverso i 5 sensi - Scoprire / imparare a gustare
- Turismo del tartufo - Attività / Servizi intorno al tartufo
- Prodotti - Negozio



ATTIVITÀ IN CATAMARANO SUL LAGO DI SANTA CROIX

Dopo lo sbarco, I crocieristi arrivano sul lago di Santa Croix e lo attraversano in catamarano.

VISITA GOURMET ALLA "MAISON DE LA TRUFFE" D'AUPS

Immergetevi nel misterioso mondo del tartufo visitando i 200 m² di spazi polisensoriali della "Maison de la truffe" d'Aups e del Verdon. Al termine della visita, gustate un bicchiere di vino Haut Var, una delle nostre specialità locali a base di tartufo nero.

Gratis: 1 prodotto dal negozio di Maison de la truffe

MASTER-CLASS « CUCINA TRADIZIONALE VS CUCINA MOLECOLARE AL TARTUFO » ALLA BASTIDE DI CATALOU.

Vai dietro i fornelli di uno chef Aupsois «Maestro ristoratore» e rivisita i tuoi classici intorno al tartufo sperimentando ricette molecolari al tartufo Aups. Nel corso delle ricette, assaggiate i 4 piatti proposti e scoprite i vini e i suggerimenti di un'azienda vinicola dell'Haut Var.

Gratis: 1 bicchiere di Champagne

DIMOSTRAZIONE DI ADDESTRAMENTO PER CANI SUI CAMPI DI TARTUFO

Scopri il ciclo di produzione di un tartufo, il funzionamento di una tartufoia, le modalità di raccolta del tartufo (Caver), il lavoro del cane e l'addestramento del padrone... OPPURE

LABORATORIO DI ASSEMBLAGGIO NELL'OLIVETO DI TAURENNE

Visitate la più grande azienda olivicola del Var e sperimentate l'arte di miscelare oli di 8 varietà durante una degustazione.

Gratis : 1 bottiglia offerta ai partecipanti per la degustazione.

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

La provenza sta puntando molto sul cosiddetto "turismo del tartufo" e con grandi risultati, anche perché il vero tartufo è uno scrigno di sostanze preziose, tra cui proteine e sali minerali, come il magnesio, ed è ricco di vitamina D. Il tartufo è amato per il suo gusto particolare e unico e anche perché apporta pochissime calorie e pochi grassi.

CONTATTO



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr

By



Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

CAP CORSE PANORAMICO

IN BICI ELETTRICA

Mezza giornata



CORSICA

ATTIVITÀ
ALL'APERTO
SPORT
NATURA

TIPO DI ESCURSIONE

- **Escursione di mezza giornata**
- **Ambiti interessati** : eco-cultura
- **Porto di scalo** : Bastia
 - > **Orario di sbarco** : 09:30
 - > **Orario di imbarco** : 11:30
- **MAX 15 PERSONE**

TIPO DI PUBBLICO

- **Fasce di età** :
GIOVANI | ADULTI
- **Diversificazione** :
SOLO | COPPIE | FAMIGLIE

DURATA

- Durata in ore **3**

POSIZIONE

- **Primo sito** : Miomo
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO :
5 km, 60 min
- **Momento di ristoro** : Miomo
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO :
5 km, 60 min
- 🏪 Imprese/attività commerciali con prodotti identitari



© OpenStreetMap contributors

ZONA DELL'ESCURSIONE

La costa del Cap Corse è caratterizzata dalle sue torri genovesi, come quella di Miomo, eredità di un passato secolare, ed offre una vista stupenda sulle isole dell'arcipelago toscano (Elba, Capraia, Montecristo). Con questo tour in bici elettrica, ci prenderemo il tempo e la tranquillità per contemplare il magnifico panorama provando una vera sensazione di libertà.



L'escursione parte dal porto e raggiunge il paesino di Miomo, a 5 chilometri al Nord di Bastia, dove inizia il Cap Corse. Si fa il giro della "corniche", la strada panoramica sopra a Miomo, poi una sosta con degustazione, prima di ripartire verso Bastia.

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

L'escursione necessita abilità e condizione fisica adatte alla pratica sportiva.

CONTATTO

Chambre de Commerce et d'Industrie de Corse Chambre de commerce et d'industrie territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

IL CAP CORSE

VISTO DAL MARE

Mezza giornata

CORSICA

ATTIVITÀ
ALL'APERTO
SPORT
NATURA

TIPO DI ESCURSIONE

- **Escursione di mezza giornata**
- **Ambiti interessati** : eco-cultura, sport, natura
- **Porto di scalo** : Bastia
 - > **Orario di sbarco** : 08:30
 - > **Orario di imbarco** : 12:00

(ritorno imperativo al porto entro le 16:00-16:30 al massimo)

→ **6-12 PERSONE**

TIPO DI PUBBLICO

- **Diversificazione** :
SOLO | COPPIE | FAMIGLIE

DURATA

- Durata in ore **3:30**

POSIZIONE

- **Primo sito** : Miomo
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO :
5 km, 10 min

- **Momento di ristoro** : Erbalunga

DURATA : 15 min
DISTANZA DAL PRIMO SITO DELL'ESCURSIONE CON CANOE :
5 km, 60 min
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO :
10 km, 20 min

- 🏪 Imprese/attività commerciali con prodotti identitari

- **Secondo sito** : Miomo
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO :
10 km, 20 min

- 🏪 Imprese/attività commerciali con prodotti identitari



ZONA DELL'ESCURSIONE

L'escursione parte dalla spiaggia di Miomo, paesino situato a 5 chilometri al Nord di Bastia, dove inizia il Cap Corse ("il dito") e la sua costa caratterizzata dalle "torri genovesi". Si passa lungo Lavasina per arrivare al paese di Erbalunga, situato a 10 chilometri da Bastia. (Andata e ritorno Miomo/Erbalunga 1:30)



DESCRIZIONE DEL TOUR :

Il Cap Corse è una delle più belle coste di Corsica con acque cristalline e rocce maestose, caratterizzata dalle sue torri genovesi, eredità di un passato secolare fatto di numerose invasioni venute dal mare.

Accompagnato da una navetta fino alla spiaggia di Miomo, il crocierista partirà per una gita di un'ora e mezza fino al paesino di pescatori di Erbalunga, costruito proprio sulla roccia (andate e ritorno). Un "spuntinu" (piccola degustazione) di prodotti locali sarà proposto ai partecipanti durante l'escursione.

INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

L'escursione in canoa necessita abilità e condizione fisica adatte allo sport.

CONTATTO

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

Chambre de commerce et d'industrie
territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr



NEL CUORE DELLA MAREMMA

VIAGGIO TRA NATURA E TRADIZIONI ENOGASTRONOMICHE

Giornata intera



TOSCANA

NATURA
 TEMPO LIBERO
 ENOGASTRONOMIA
 LOCALE

TIPO DI ESCURSIONE

→ **Escursioni di giornata**

→ **Ambiti interessati** : eco-cultura, eco-enogastronomia

→ **Porto di scalo** : Porto S. Stefano

> **Orario di sbarco** : 09:00

> **Orario di imbarco** : 16:30

(ritorno imperativo al porto entro le 16:00-16:30 al massimo)

→ **16-20 PERSONE**

Mezzo di trasporto utilizzato: autobus, carrozza a cavallo.

TIPO DI PUBBLICO

→ **Fasce di età** : GIOVANI | ADULTI | ANZIANI

→ **Diversificazione**: SOLO | COPPIE | FAMIGLIE | SOGGETTI CON DIVERSA ABILITÀ

DURATA

→ Durata in ore **7:30**

POSIZIONE

→ **Primo sito** : Parco Regionale della Maremma.

DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 35,3 km, 37 min

ACCESSIBILITÀ : Facile

Imprese/attività commerciali con prodotti identitari

→ **Momento di ristoro** : Antica Fattoria La Parrina.

DURATA : ore 1 Cooking Class + ore 1 pranzo

DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 28 km, 25 min

DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 20 km, 28 min

ACCESSIBILITÀ : Facile

Imprese/attività commerciali con prodotti identitari

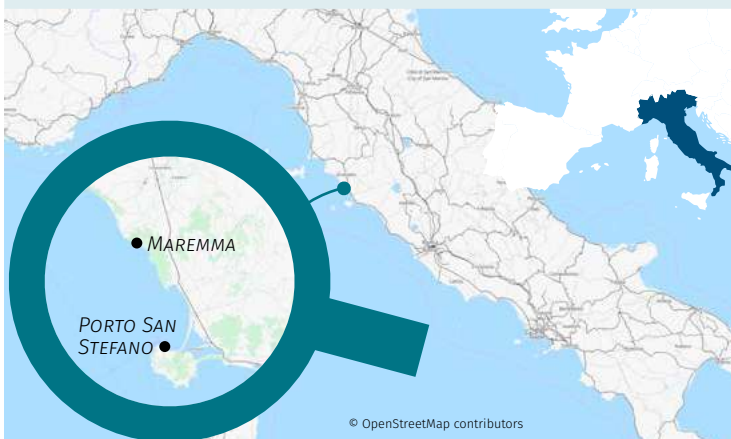
→ **Secondo sito** : Antica Fattoria La Parrina

DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 28 km, 25 min

DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 20 km, 28 min

ACCESSIBILITÀ : Facile

Imprese/attività commerciali con prodotti identitari



ZONA DELL'ESCURSIONE

L'escursione si svolge nel cuore della Maremma grossetana, un territorio tra pochi in Italia rimasto ancora selvaggio e incontaminato, dove ambienti naturali si intrecciano con le attività e con la presenza dell'uomo sin dai tempi remoti, in un equilibrio dinamico attento alla conservazione della sua grande biodiversità e al mantenimento delle più antiche tradizioni culturali.



INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

L'intera escursione sarà condotta da personale qualificato locale multilingue con titolo professionale di Guida Ambientale e Turistica.

Dagli scenari unici del Parco della Maremma all'Antica Fattoria La Parrina, una delle aziende agricole più antiche e affascinanti del territorio, il visitatore potrà conoscere a fondo il cuore più autentico della regione, in un percorso che spazia tra natura, tradizioni ed eccellenze tutte da scoprire.

DESCRIZIONE DEL TOUR

I visitatori saranno accolti allo sbarco e trasferiti presso il Centro Visite del **Parco Regionale della Maremma**, da dove avrà inizio un affascinante itinerario in carrozza tra i molteplici scenari di una natura incontaminata e i resti di antiche fortificazioni erette a salvaguardia della costa nei secoli del Medioevo. Il passo vellutato dei cavalli da tiro pesante permetterà ai visitatori di godere delle bellezze naturali con tranquillità e di osservare da vicino, senza spaventarli, gli animali selvatici e i branchi di cavalli e di vacche maremmane che ancora oggi vivono allo stato brado.

Ci si trasferisce quindi all'**Antica Fattoria La Parrina** dove i visitatori, sotto l'occhio attento dello Chef, avranno la possibilità di conoscere e imparare a cucinare le ricette della tradizione maremmana. Al termine della **cooking class** si potrà quindi dedicare del tempo ad un momento di ristoro, in cui degustare i piatti preparati con gli ingredienti prodotti in azienda e abbinati ai vini bianchi e rossi Parrina D.O.C.

Si conclude la full-immersion con una **visita ai vigneti e alla cantina** dell'azienda, e rilassandosi un po' all'ombra dei grandi platani o nello shop aziendale prima del rientro in porto.

CONTATTO



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



Camera di Commercio
Genova

KAYAK E SNORKELING

A PORTOFINO

Giornata intera

LIGURIA

ATTIVITÀ
ALL'APERTO
SPORT
NATURA

TIPO DI ESCURSIONE

- **Escursioni di giornata**
 - **Ambiti interessati** : eco-cultura
 - **Porto di scalo** : Santa Margherita Ligure (o anche Genova)
 - > **Orario di sbarco** : 08:30
 - > **Orario di imbarco** : 16:30
- (ritorno imperativo al porto entro le 16:00-16:30 al massimo)
- **MAX. 15 PERSONE**

TIPO DI PUBBLICO

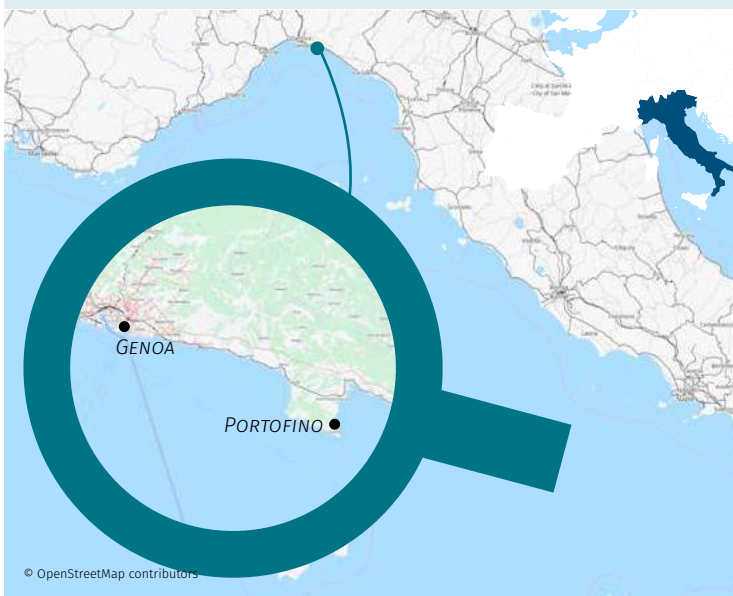
- **Fasce di età** : GIOVANI | ADULTI | ANZIANI
- **Diversificazione** : SOLO | COPPIE | FAMIGLIE | SOGGETTI CON DIVERSA ABILITÀ

DURATA

- Durata in ore **7:30**

POSIZIONE

- **Primo sito** : Portofino (Promontorio)
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 3,6 km, 10 min.
ACCESSIBILITÀ : Facile
Imprese/attività commerciali con prodotti identitari
- **Momento di ristoro** : Posizione Abbaye de San Fruttuoso di Camogli (ore 1)
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 5,6 km, ore 1:10
ACCESSIBILITÀ : Medio



ZONA DELL'ESCURSIONE

Il comune è situato nella parte occidentale del golfo del Tigullio, in una baia ai piedi dell'omonimo promontorio, ad est di Genova, segnando di fatto il confine geografico tra il Golfo Paradiso e il Tigullio.

L'intero territorio comunale è compreso nel Parco naturale regionale di Portofino e nell'Area naturale marina protetta Portofino

Il comune e i suoi dintorni sono un'importante meta turistica, soprattutto per i flussi stranieri che segnalano la località per essere una fra le più gradevoli fra i porti del mar Mediterraneo.



DESCRIZIONE DEL TOUR

Pagaiando immersi nella natura del Parco di Portofino. Escursione in Sea Kayak accompagnati da una guida canoistica (certificata BC e Fick) in cui si raggiungono i luoghi più suggestivi dell'Area Marina Protetta di Portofino. Per questa attività, vengono utilizzate attrezzature di alta qualità e specifica per il Sea Kayak. A bordo del kayak si scoprono luoghi incantevoli ricchi di storia e fascino, quali Portofino, Cala degli Inglesi, San Fruttuoso, Punta Chiappa, Porto Pidocchio (l'itinerario è soggetto a modifiche in base al livello dei partecipanti). Il paesaggio selvatico del Parco di Portofino è ricco di flora e fauna, regalandovi avvistamenti di delfini, diversi tipi di uccelli tra i quali cormorani e aironi cenerini, e molte altre specie. Una piacevole sosta per il pranzo, a base di tipica focaccia ligure, vi permette di visitare ulteriori punti di interesse, come l'interno dell'Abazia di San Fruttuoso e, più a occidente, la tonnara e il borgo marinaro di Camogli. All'ora di pranzo, una pausa presso l'Abazia di San Fruttuoso è il miglior modo per immergersi in un oasi di pace! La degustazione di prodotti tipici del territorio accompagnata da delizioso vino naturale 'Triple A' rigorosamente locale, appagherà a pieno i vostri sensi. Sarà anche possibile scoprire le meraviglie immerse nei fondali dell'Area Marina Protetta di Portofino, un tuffo con maschera e boccaglio lungo la costa selvaggia regala scenari mozzafiato. La vostra guida saprà suggerirvi quali sono i punti più interessanti caratterizzati da una maggiore ricchezza di specie.



INFORMAZIONI AGGIUNTIVE

Il percorso di Kajak può variare a seconda delle condizioni del mare e dal grado di preparazione dei partecipanti...

CONTATTO



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it



Camera di Commercio
Genova

SCOPRIRE I SENTIERI ARROCATI

DELLE MONTAGNE LIGURI

Giornata intera



LIGURIA

ATTIVITÀ
ALL'APERTO

CULTURA
LOCALE

NATURA

TIPO DI ESCURSIONE

- **Excursion d'une Giornata intera**
- **Ambiti interessati** : eco-cultura (rientro obbligatorio al porto alle 16:00-16:30 massimo)
- **Porto di scalo** : Genova
- **21-25 PERSONE**
- **Mezzo di trasporto utilizzato** : trasferimento organizzato per un massimo di 20 persone

TIPO DI PUBBLICO

- **Fasce di età** : GIOVANI | ADULTI | ANZIANI
- **Diversificazione** : SOLO | COPPIE | FAMIGLIE | SOGGETTI CON DIVERSA ABILITÀ

DURATA

- Durata in ore **7.30**

POSIZIONE

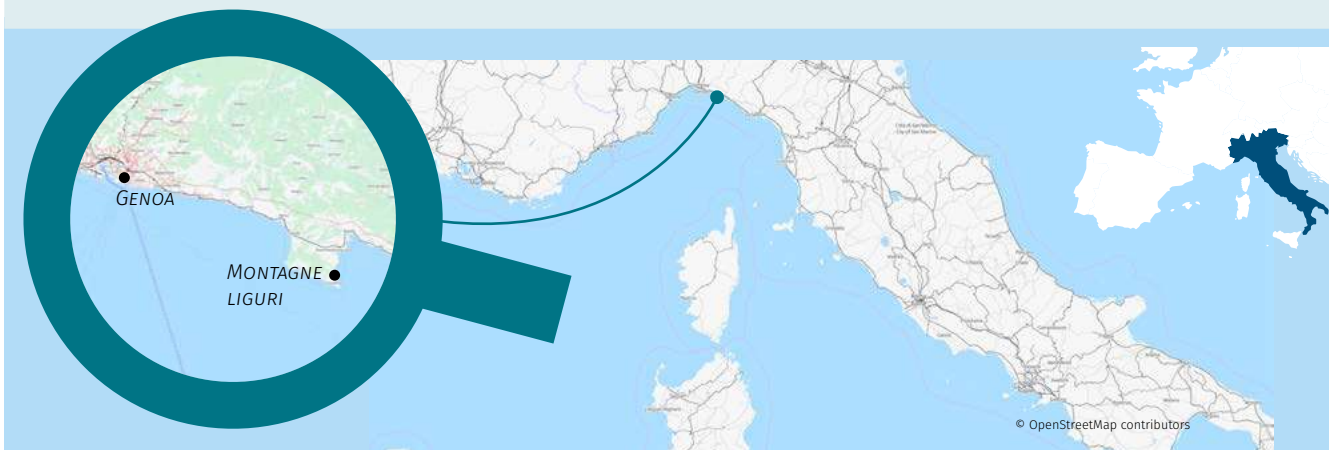
- **Primo Sito** : San Salvatore di Cogorno - Basilica dei Fieschi. 5 km, 15 min.
ACCESSIBILITÀ : Facile
 Imprese/attività commerciali con prodotti identitari
- **Momento di ristoro** : Barbagelata Barbagelata
Partenza da Barbagelata verso il Monte Caucaso (1:30). Partenza da Barbagelata dal Monte Caucaso (1:30). Pausa pranzo al "Rifugio del Caucaso", situato sul crinale a circa 1200 m di altitudine, da cui si può ammirare un ampio panorama sulla Val Fontanabuona e sul Golfo del Tigullio. Il rifugio fa parte della rete

ecologica Natura 2000 e, grazie alla bellezza naturale e geomorfologica dell'area, è incluso in uno dei Siti di Importanza Comunitaria.

DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 35 km, 55 min.

ACCESSIBILITÀ : facile - Media

- **Terzo sito** : Lorsica – Museo di Damasks
DISTANZA DAL PORTO DI SCALO : 20 km, 35 min da Barbagelata
ACCESSIBILITÀ : facile
 Imprese/attività commerciali con prodotti identitari
- **Quarto sito** : Chiavari (diverse opzioni per la ristorazione) Visita del Centro Storico (gita breve, meno di un'ora).
DISTANZA DAL TERZO SITO : 25 km, 40 min
ACCESSIBILITÀ : facile
 Imprese/attività commerciali con prodotti identitari





DESCRIZIONE DEL TOUR

Questa escursione di una giornata permette di conoscere le caratteristiche del paesaggio ligure, che offre la possibilità di passare in breve tempo da località balneari a preziose aree montane.

L'itinerario proposto permette di :

- apprezzare i paesaggi e le eccellenze naturali del Chiavarese e del suo entroterra
- conoscere i prodotti alimentari tipici della zona
- scoprire una porzione della strada "Alta Via dei Monti

L'escursione è organizzata con un transfer che facilita i collegamenti tra le varie tappe proposte e che può partire da Genova o direttamente da Chiavari, a seconda della tipologia di utente.

Esistono diversi punti di approdo, a seconda del tipo di utente.

Per i crocieristi : Porto di scalo Genova o Savona



CONTATTO



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it

ITINÉRAIRE 1



SUR LES TRACES DE LA TRADITION ET DE LA NATURE SAUVAGE

Cet itinéraire de croisière est un véritable mélange de ports de charme et de ports urbains.





LE SINIS À VÉLO

PÉNINSULE DE SINIS ET PESCHIERA DE CABRAS

Journée entière

Unique d'un point de vue archéologique et naturaliste, la péninsule du Sinis est un lieu d'une beauté scénique extraordinaire, une bande de terre qui sépare le golfe d'Oristano de la mer de Sardaigne, riche en trésors naturels et archéologiques. Elle abrite la cité antique de Tharros, et c'est aussi le site où ont été récemment découverts les Géants de Monti Prama, des sculptures nuragiques représentant d'anciens guerriers. Il sera possible de profiter et de visiter la péninsule à travers un circuit à vélo, afin de tirer le meilleur parti des ressources naturelles, culturelles et environnementales.



SARDAIGNE

ACTIVITÉ
EN PLEIN AIR
—
ŒNOGASTRONOMIE
LOCALE
—
MODE DE
TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

- **Journée entière**
- **Domaines concernés :** Culture, nourriture et vin
- **Port d'escale d'Oristano :** Oristano
 - > **Heure de débarquement :** 09h00
 - > **Heure d'embarquement :** 17h00
- **16 - 20 PERSONNES**

TYPE DE PUBLIC

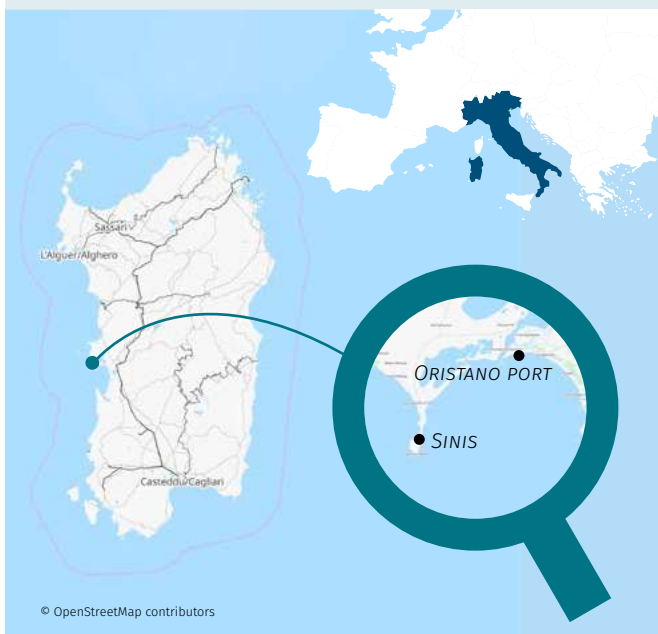
- **Groupe d'âge :** JEUNES | ADULTES
- **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. **8 heures**

LOCALISATION

- **1^{er} site de l'excursion - 9H30**
Péninsule du Sinis - Oristano
- **Moment de rafraîchissement - 13H00**
Peschiera Mar' e' Pontis (Cabras - OR)
- **2^e site de l'excursion - 15H30**
Musée civique « G. Marongiu » - Cabras (OR)



ZONE D'EXCURSION

Une bande de la Sardaigne qui donne une impression de continuité entre la terre et la mer. Dans la zone protégée de la péninsule du Sinis et de l'île de Mal di Ventre, créée en 1997 et couvrant environ 26 000 hectares dans la région de Cabras, un échantillon multicolore de milieux terrestres et lacustres descend doucement vers les plages et les falaises. Les fonds marins sablonneux et les herbiers de posidonies sont peuplés de poissons, de mollusques et de crustacés : des paysages sous-marins idéaux pour la pratique du snorkeling et de la photographie sous-marine, grâce aussi à la présence d'épaves de toutes les époques : navires romains, espagnols et du XX^e siècle, dont une oneraria de 36 mètres coulée entre 80 et 50 avant J.-C. avec deux mille lingots de plomb.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Pour assurer la narration complète du thème de l'excursion et la compréhension totale du parcours « espace-temps », un guide qualifié (archéologue) accompagnera le groupe tout au long de la journée.

Dans l'arrière-pays immédiat, les dunes de sable laissent place aux étangs de Cabras, l'un des écosystèmes marécageux les plus vastes et les plus productifs d'Europe, peuplé de flamants roses et de diverses autres espèces aviaires.

Pour retracer la préhistoire et l'histoire du Sinis, nous partons de Tharros : ce fut un village nuragique, une colonie phénicienne, un port carthaginois, une ville à l'époque romaine, la capitale de l'époque byzantine et, enfin, la première capitale du giudicato d'Arborea. Nous poursuivons ensuite vers le musée de Cabras, où nous pouvons admirer les statues des Géants de Mont'e Prama (VIIIe siècle avant J.-C.), heureusement découvertes par un agriculteur dans les années 1970, qui constituent l'un des trésors les plus fascinants de la Sardaigne.

DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Après avoir débarqué au port d'Oristano, une navette vous conduira à la péninsule voisine de Sinis, où vous prendrez des vélos et commencerez un tour le long de l'extrémité de la péninsule, une importante oasis naturelle qui atteint le village balnéaire de San Giovanni. Vous visiterez ensuite les ruines de l'ancienne ville de Tharros, fondée par les Phéniciens au 8e siècle, puis conquise par les Romains, avant d'être gouvernée par les Vandales puis les Byzantins. Avant le déjeuner, vous visiterez également l'ancienne église romane de San Giovanni di Sinis, datant du 5^e siècle.

Nous nous rendons ensuite au vivier de Mar' e' Pontis, dans l'étang de Cabras, où, après une visite illustrant l'élevage de mulets et la production de poutargue, un mets important de l'île, nous aurons l'occasion de déguster un déjeuner de poisson local, en compagnie des pêcheurs. Nous retournerons ensuite à Cabras pour visiter le musée civique G.Marongiu, où sont exposés certains des géants de Monti Prama. Après la visite, nous retournerons au port d'Oristano.

CONTACT :

Dott.ssa Giuseppina Scorrano

Responsabile Settore Promozione Turismo

Centro Servizi Promozionali per le Imprese
Azienda Speciale della Camera di Commercio di Cagliari

Largo Carlo Felice 66 - 09126 Cagliari

Tel. +39 070 60512330

Email : turismo@csimprese.it

Site : www.csimprese.it





By



ÈCOTOUR EN VÈLO ÈLECTRIQUE OU EN CANOÈ AUTOUR DU FABULEUX ROCHER DE ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

AU DÉPART DE FRÉJUS, SAINT-RAPHAÈL

Excursion d'une journée



VAR PROVENCE

ACTIVITÉ
PLEINE NATURE
—
SITE NATUREL
REMARQUABLE
—
MODE DE
TRANSPORT DOUX

● TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Découverte, nature, sport
- Port d'escale : Fréjus, Saint-Raphaël
- VIP TOUR | **PETITS GROUPES** | MOYENS GROUPES
- D'avril à octobre

● TYPE DE PUBLIC

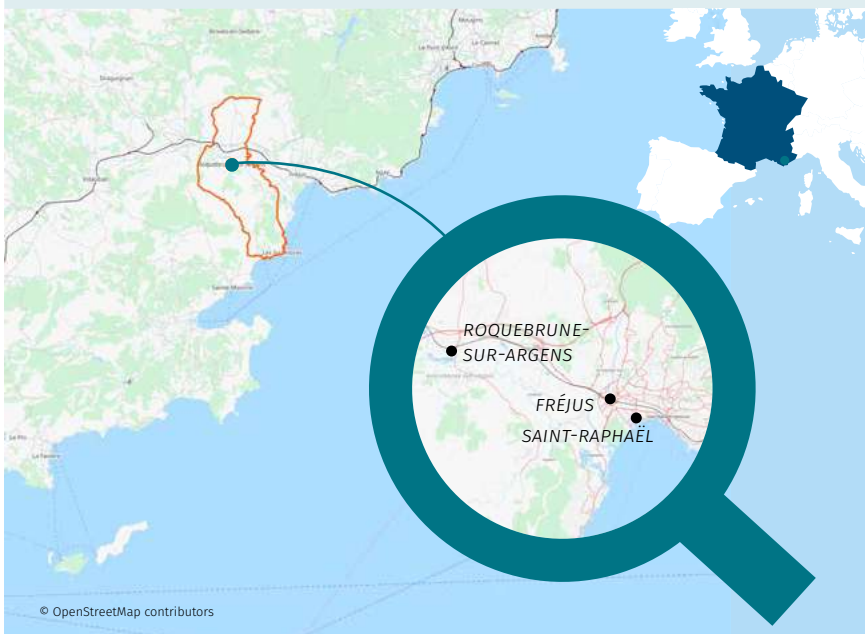
- À partir de 12 ans (accès personnes à mobilité réduite : Non)

● DURÉE

- Env. 6 heures, déjeuner inclus

● LOCALISATION

- 1^{er} étape : dégustation dans un domaine viticole
- 2^e étape : balade en vélo électrique sur les sentiers balisés du Rocher
- 3^e étape : dégustation de chocolat dans le village médiéval de Roquebrune-sur-Argens
- Étape finale : sortie canoë kayak sur l'Argens



PARTEZ À L'AVENTURE !

Plutôt canoë/kayak, vélo ou dégustation de vin bio ou fan de chocolat ? Quel que soit votre choix, aux Roquebrune-sur-Argens vous serez entouré de nature à l'état sauvage. L'Argens, un fleuve côtier classé NATURA 2000, vous réserve des paysages luxuriants bordant le Massif des Maures. Venez découvrir cet espace sauvage riche en biodiversité.



DÉCOUVERTE D'UN DOMAINE EN VÉLO ÉLECTRIQUE

Partez à la découverte d'un domaine prestigieux et goûtez à l'art de vivre Provençal ! Après une agréable balade de 7 km en vélo électrique au cœur de la campagne Provençale, vous ferez une halte dans un domaine authentique où vous participerez à une masterclass pour tout savoir sur les vins de la région et vous initier à la dégustation. Les producteurs, passionnés et engagés dans une démarche durable, vous accueilleront avec plaisir pour partager avec vous leur savoir-faire ancestral.

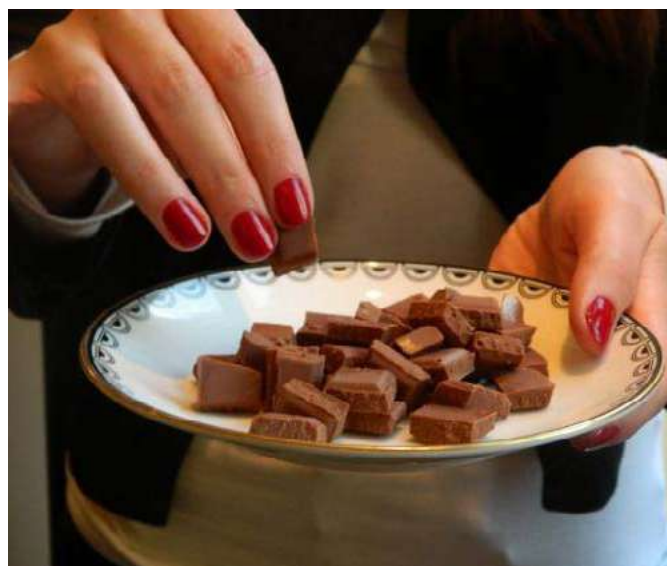
DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE NATUREL ET CULTUREL EN VÉLO

Laissez-vous guider par votre vélo électrique et profitez d'une vue panoramique exceptionnelle du rocher de Roquebrune. Après cette balade d'environ une heure, vous découvrirez Roquebrune-sur-Argens, un ancien village médiéval entouré de 7 vignobles, des moulins à huile et plusieurs apiculteurs, où vous dégusterez différents produits du terroir ainsi que des délicieux chocolats fabriqués par les maîtres chocolatiers du village. Cette balade ravira toute la famille !

UNE BALADE EN CANOÛ EN PLEINE NATURE

La Base du Rocher est un fabuleux point de départ pour des activités nature. Cette balade de 6 km au fil de l'Argens vous offre une vue imprenable du rocher de Roquebrune qui culmine à 373 mètres d'altitude. Ce parcours plat, sans rapides, vous offre la possibilité de faire l'aller-retour à La Base du Rocher où vous pourrez savourer un moment de détente à l'ombre d'arbres centenaires à la fin de votre balade.

Niveau de pratique : débutants acceptés.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Pour assurer le récit complet du thème de l'excursion et la compréhension totale du parcours « espace-temps », un guide qualifié (archéologue) se joindra au groupe pour l'accompagner tout au long de la journée.

CONTACT :



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr

By





By



LES TERRITOIRES DU VERDON ENTRE NATURE ET GASTRONOMIE D'EXCEPTION

DE FRÉJUS, SAINT-RAPHAËL

Excursion d'une journée



VAR PROVENCE

NATURE
—
DÉCOUVERTE
—
GASTRONOMIE

● TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- **Domaines concernés** : loisirs, nature, sport, gastronomie, vin
- **VIP TOUR** | **PETITS GROUPES** | **MOYENS GROUPES** | **MEDIUM-SIZED**
- De novembre à mars

● TYPE DE PUBLIC

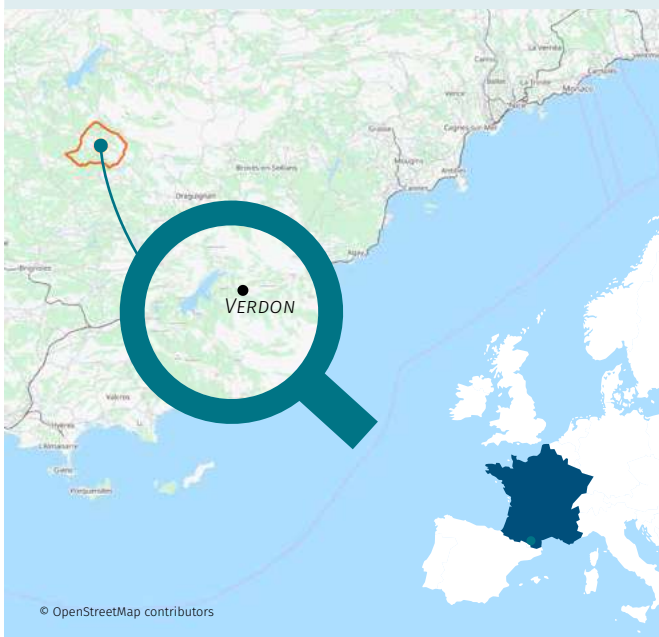
- Tout public, familles

● DURÉE

- Env. 6h selon les ateliers choisis

● LOCALISATION

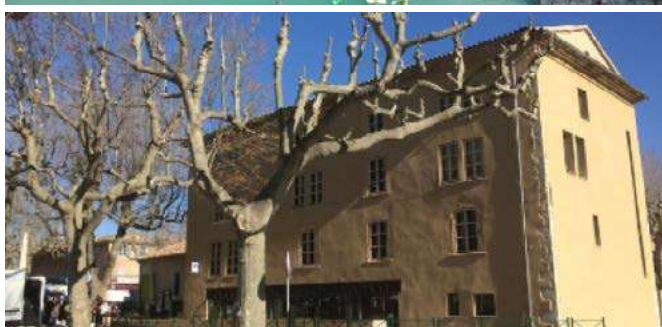
- Aups (Haut Var)
- À 1h15 du port de Fréjus, Saint-Raphaël et 1h30 de Toulon



TRUFFE DÉVOILE SES SECRETS !

La Maison de la truffe est installée au cœur du Village d'Aups et propose pour petits et grands, amateurs, experts ou néo-phytes, une plongée ludique dans l'atmosphère souterraine et mystérieuse du diamant noir d'Aups. La maison propose 4 univers d'expériences aux ambiances complémentaires :

- L'Aventure de la truffe – Espace poly sensoriel
- La Truffe par les 5 sens – Découvrir / apprendre à déguster
- Truffo-touristique – Activités / ateliers autour de la truffe
- Un espace boutique



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

La Provence est une terre de truffes, et Aups une des places les plus emblématiques de sa production. Ici et depuis longtemps, la truffe se cultive, se récolte, se vénère aussi, se vend, se partage, se déguste. La truffe est un trésor rare et précieux, utilisé par les plus grands chefs dans les restaurants les plus raffinés. Elles sont très appréciées pour leur goût distinctif et unique, mais aussi pour leur très faible teneur en calories.

BALADE EN CATAMARANS SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Profitez des plaisirs de la voile à bord d'un catamaran et découvrez le lac de Sainte croix, 4^e lac de France, un lieu magique où vous pourrez également pratiquer des nombreuses activités nautiques et admirer le **plus grand canyon d'Europe**.

VISITE GOURMANDE DE LA MAISON DE LA TRUFFE D'AUPS

Plongez dans l'univers mystérieux de la truffe en visitant les 200 m² d'espaces poly sensoriels de la Maison de la truffe d'Aups et du Verdon. En fin de visite, dégustez, l'une de nos spécialités locales à base de truffe noire autour d'un verre de vin du Haut Var !

Offert : 1 produit de la boutique Maison de la truffe

Pour parfaire votre visite gastronomique, la plus grande exploitation oléicole du Var à Taurenne vous accueille pour une dégustation de ses 8 variétés d'huiles.

MASTER-CLASS « CUISINE TRADITIONNELLE VS MOLÉCULAIRE DE LA TRUFFE » À LA BASTIDE DE CALALOU

Passez derrière les fourneaux d'un chef Aupsois « Maître restaurateur » et revisitez les classiques autour de la truffe en expérimentant des recettes moléculaires autour de la truffe d'Aups. Au fil des recettes, vous dégusterez les 4 plats et apprendrez les accords mets & vins locaux.

Offert : 1 coupe de Champagne

DÉMONSTRATION DE CAVAGE : LES CHIENS TRUFFIERS À LA RECHERCHE DE L'OR NOIR

Découvrez le cycle de production de la truffe, comment fonctionne une truffière, comment elles sont « cavées », le travail du chien truffier et le dressage du maître...

CONTACT :



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr

By



Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

CAP CORSE PANORAMIQUE

À VÉLO ÉLECTRIQUE

Demi-journée

CORSE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR
SPORT
NATURE



TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une demi-journée
- Domaines concernés : éco-culture, éco-enogastronomie
- Port d'escale : Bastia
 - > Heure de débarquement : 09h30
 - > Heure d'embarquement : 11h30
- 6-12 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge :
JEUNES | ADULTES
- Cibles : **SINGLE | COUPLES | FAMILLES**

DURÉE

- Env. 3 heures

LOCALISATION

- 1^{er} site : Miomo
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5 km, 60 min
- Moment de rafraîchissement :
Miomo
DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 5 km, 60 min
- 🏪 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



© OpenStreetMap contributors

ZONE D'EXCURSION

Le littoral du Cap Corse est caractérisé par ses tours génoises, comme celle de Miomo, héritage d'un passé séculaire, et offre une vue magnifique sur les îles de l'archipel toscan (Elbe, Capraia, Monte Cristo). Avec ce tour en vélo électrique, vous prenez le temps de contempler le panorama avec un réel sentiment de liberté.



La randonnée part du port et rejoint le petit village de Miomo, à 5 kilomètres au nord de Bastia, où commence le Cap Corse. Nous faisons le tour de la « corniche », la route panoramique au-dessus de Miomo, puis nous nous arrêtons pour une dégustation avant de rentrer à Bastia.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'excursion requiert des compétences et une condition physique adaptées à la pratique sportive.

CONTACT :

*Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse*

Chambre de commerce et d'industrie territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

LE CAP CORSE

VU DE LA MER

Demi-journée

CORSE

ACTIVITÉ EN
EXTÉRIEUR
SPORT
NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une demi-journée
- Domaines concernés : éco-culture, sport, nature
- Port d'escale : Bastia
 - > Heure de débarquement : 08h30
 - > Heure d'embarquement : 12h00
- 6-12 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. 3 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Miomo
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5 km, 10 min
- Moment de rafraîchissement : Erbalunga
 - DURÉE : 15 min
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5 km, 60 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

10 km, 20 min

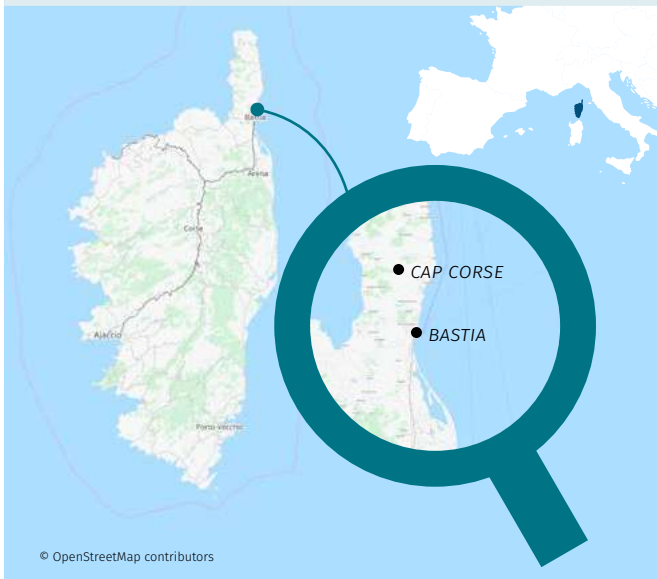
- 🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

- 2^e site : Miomo

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

10 km, 20 min

- 🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

Le point de départ sera la plage de Miomo, un petit village situé à 5 kilomètres au nord de Bastia, où commence le Cap Corse (« le doigt ») et son littoral caractérisé par ses « tours génoises ». On passera le long de Lavasina pour rejoindre le village d'Erbalunga, situé à 10 km de Bastia (Aller-retour Miomo/Erbalunga 1h30).



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Le Cap Corse est l'un des plus beaux littoraux de Corse, aux eaux cristallines et aux rochers majestueux, caractérisé par ses tours génoises, héritage d'un passé séculaire fait de nombreuses invasions venues de la mer.

Transporté en navette jusqu'à la plage de Miomo, le croiseur partira pour un trajet d'une heure et demie vers le village de pêcheurs d'Erbalunga, construit sur le rocher (aller-retour). Un « spuntinu » (petite dégustation) de produits locaux sera proposé aux participants pendant l'excursion.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'excursion en canoë requiert une bonne condition physique.

CONTACT :

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

Chambre de commerce et d'industrie
territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr



AU CŒUR DE LA MAREMME UN VOYAGE À TRAVERS LA NATURE ET LES TRADITIONS GASTRONOMIQUES ET ŒNOLOGIQUES

Journée entière



TOSCANE

NATURE

LOISIRS

ŒNOGASTRONOMIE
LOCALE

TYPE D'EXCURSION

→ **Escale d'une journée**

→ **Domaines concernés :** Éco-culture, éco-enogastronomie

→ **Port d'escale :** Porto S. Stefano

> **Heure de débarquement :** 09h00

> **Heure d'embarquement :** 16h30

(retour impératif au port pour 16h00-16h30 au plus tard)

→ **16-20 PERSONNES**

Moyens de transport utilisés : bus, voiture à cheval.

TYPE DE PUBLIC

→ **Groupe d'âge :** JEUNES | ADULTES | SENIORS

→ **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

→ Env. **7 heures 30**

LOCALISATION

→ **1^{er} site :** Parco Regionale della Maremma.

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 35,3 km, 37 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ **Moment de rafraîchissement :**

Antica Fattoria La Parrina.

DURÉE : 1h de cours de cuisine + 1h de déjeuner

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 28 km, 25 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 20 km, 28 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

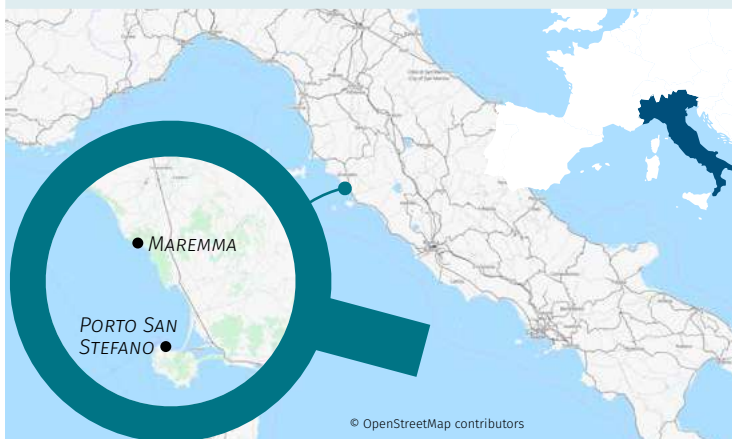
→ **2^e site :** Antica Fattoria La Parrina

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 28 km, 25 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 20 km, 28 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule au cœur de la Maremma de Grosseto, une région parmi les rares en Italie qui reste encore sauvage et non contaminée, où les environnements naturels s'entremêlent avec les activités et la présence de l'homme depuis des temps très anciens, dans un équilibre dynamique attentif à la conservation de sa grande biodiversité et au maintien des plus anciennes traditions culturelles.



Des paysages uniques du parc de la Maremme à l'Antica Fattoria La Parrina, l'une des exploitations agricoles les plus anciennes et les plus fascinantes de la région, les visiteurs pourront faire connaissance avec le cœur le plus authentique de la région, dans un voyage à travers la nature, les traditions et l'excellence à découvrir.

DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Les visiteurs seront accueillis au débarquement et transférés au centre d'accueil du parc régional de la Maremme, d'où commencera une fascinante promenade en calèche au milieu des paysages variés d'une nature intacte et des vestiges d'anciennes fortifications érigées pour protéger le littoral au Moyen Âge. L'allure veloutée des chevaux de trait lourds permettra aux visiteurs de profiter de la beauté naturelle en toute tranquillité et d'observer de près, sans les effrayer, les animaux sauvages et les troupeaux de chevaux et de vaches de la Maremme qui vivent encore à l'état sauvage.

Ensuite, direction l'**Antica Fattoria La Parrina** où les visiteurs, sous l'œil attentif du chef, auront l'occasion de connaître et d'apprendre à cuisiner des recettes traditionnelles de la Maremme. À la fin du **cours de cuisine**, les visiteurs pourront prendre le temps d'un moment de rafraîchissement, où ils pourront **déguster** des plats préparés avec des ingrédients produits à la ferme et accompagnés de **vins rouges et blancs Parrina D.O.C.**

La séance d'immersion complète se termine par une visite des vignobles et de la cave, et un moment de détente à l'ombre des grands platanes ou dans la boutique de la cave avant le retour au port.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'ensemble de l'excursion sera dirigé par un personnel local multilingue qualifié, titulaire du titre professionnel de guide environnemental et touristique.

CONTACT :



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



Camera di Commercio
Genova

KAYAKING ET SNORKELLING

À PORTOFINO

Journée entière

LIGURIE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR

SPORT

NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Éco-culture
- Port d'escale : Santa Margherita Ligure (mais aussi Gênes)
 - > Heure de débarquement : 08h30
 - > Heure d'embarquement : 16h30
- MAX. 15 PERSONNES

Moyens de transport utilisés... (par centralabs)

TYPE DE PUBLIC

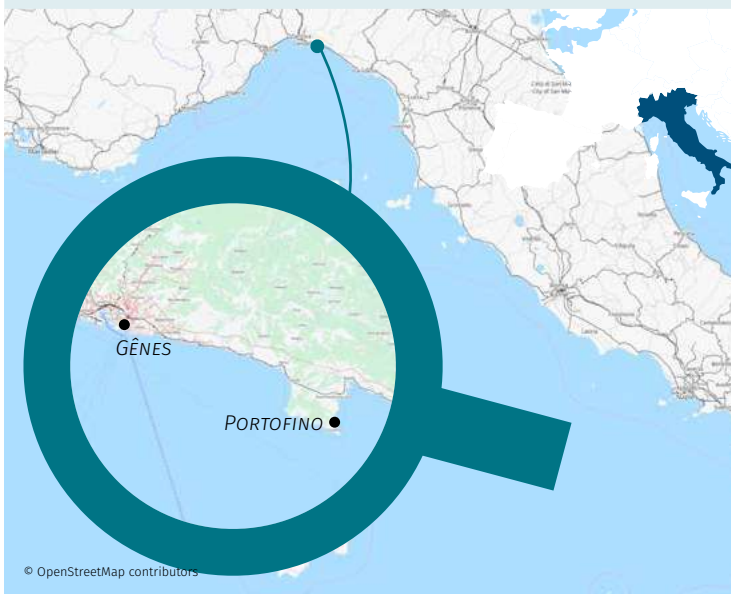
- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES | SENIORS
- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

- Env. 7 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Portofino
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 3,6 km, 10 min.
 - ACCESSIBILITÉ : Facile
 - Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité
- Moment de rafraîchissement : Localisation Abbaye de San Fruttuoso di Camogli (1h)
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5,6 km, 1h10
 - ACCESSIBILITÉ : Moyen



ZONE D'EXCURSION

La commune est située dans la partie occidentale du golfe du Tigullio, dans une baie au pied du promontoire du même nom, à l'est de Gênes, qui marque effectivement la limite géographique entre le golfe du Paradis et le Tigullio.

L'ensemble du territoire communal est inclus dans le parc naturel régional de Portofino et dans l'aire marine protégée de Portofino.

La commune et ses environs constituent une importante destination touristique, notamment pour les étrangers, qui soulignent que l'endroit est l'un des plus agréables parmi les ports de la Méditerranée.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Pagaie immergée dans la nature du parc de Portofino. Excursion en Kayak de mer accompagnée par un guide de canoë (certifié BC et Fick) dans laquelle vous atteignez les endroits les plus évocateurs de l'aire marine protégée de Portofino. Pour cette activité, un équipement de kayak de mer spécifique et de haute qualité est utilisé. À bord du kayak, vous découvrirez des lieux enchanteurs riches en histoire et en charme, tels que Portofino, Cala degli Inglesi, San Fruttuoso, Punta Chiappa, Porto Pidocchio (l'itinéraire est susceptible d'être modifié en fonction du niveau des participants). Le paysage sauvage du parc de Portofino est riche en flore et en faune et permet d'observer des dauphins, différents types d'oiseaux, dont des cormorans et des hérons cendrés, et de nombreuses autres espèces. Un arrêt agréable pour le déjeuner, à base de focaccia typique de la Ligurie, vous permet de visiter d'autres points d'intérêt, comme l'intérieur de l'abbaye de San Fruttuoso et, plus à l'ouest, la pêche au thon et le village de pêcheurs de Camogli. À l'heure du déjeuner, une pause à l'abbaye de San Fruttuoso est le meilleur moyen de se plonger dans une oasis de paix ! La dégustation de produits locaux typiques accompagnée d'un délicieux vin naturel « Triple A » strictement local, satisfera pleinement vos sens. Il sera également possible de découvrir les merveilles des fonds marins de la zone marine protégée de Portofino, une plongée avec masque et tuba le long de la côte sauvage offre des paysages à couper le souffle. Votre guide sera en mesure de vous suggérer les endroits les plus intéressants et les plus riches en espèces.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'itinéraire du Kajak peut varier en fonction des conditions de mer et du niveau de préparation des participants...

CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it



Camera di Commercio
Genova

DÉCOUVREZ LES SENTIERS PERCHÉS

DES MONTAGNES LIGURES

Journée entière

LIGURIE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR

CULTURE
LOCALE

NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée entière
- Domaines concernés : Éco-culture
(retour obligatoire au port à 16h00-16h30 maximum)
- Port d'escale : Gênes
- 21-25 PERSONNES

Moyens de transport utilisés :
transfert organisé pour un maximum
de 20 personnes

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES | SENIORS
- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

- Env. 7 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : San Salvatore di Cogorno - Basilica dei Fieschi. 5 km, 15 min
ACCESSIBILITÉ : Facile
 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité
- Moment de rafraîchissement :
Barbagelata
Départ de Barbagelata par le vers le Monte Caucaso (1H30).
Pause déjeuner au « Rifugio del Caucaso », situé sur la crête à une altitude d'environ 1200 m, d'où l'on peut admirer un large panorama de la vallée de Fontanabuona et du golfe de Tigullio. Le refuge fait partie du « réseau écologique »

Natura 2000 et, grâce à la beauté naturelle et géomorphologique de la zone, il est intégré dans l'un des Sites d'Importance de Communauté.

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 35 km, 55 min

ACCESSIBILITÉ : Facile - Moyenne

- 3^e site : Lorsica – Musée de Damasks

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION :

20 km, 35 min de Barbagelata

ACCESSIBILITÉ : Facile

Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

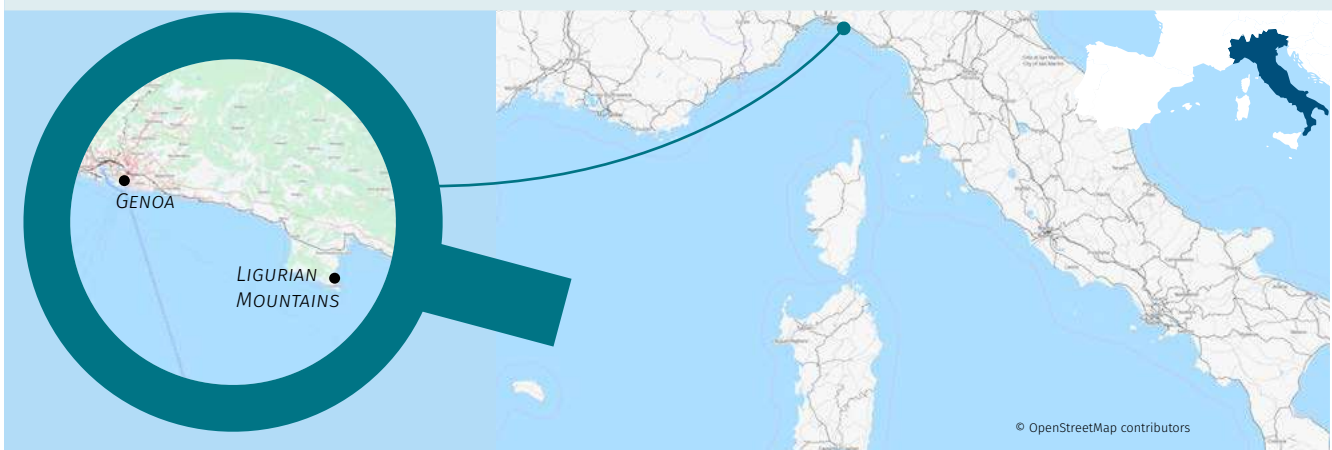
- 4^e site : Chiavari (différentes options possibles pour dîner)

DISTANCE DU 3^E SITE DE

L'EXCURSION : 25 km, 40 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



© OpenStreetMap contributors



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Cette excursion d'une journée vous permet de connaître les caractéristiques du paysage ligure, qui offre la possibilité de passer en peu de temps de stations balnéaires aux zones de montagne de grande valeur.

L'itinéraire proposé vous permet de :

- D'apprécier les paysages et les excellences naturelles de la région du Chiavarese et de son arrière-pays
- Connaître les produits alimentaires typiques du territoire
- Découvrir une portion de la route « Alta Via dei Monti »

L'excursion est organisée avec un transfert qui facilite les connexions entre les différentes étapes proposées et qui peut démarrer soit de Gênes, soit directement de Chiavari, selon le type d'utilisateur.

Il y a plusieurs points de débarquement, selon le type d'utilisateur.

Pour les croisiéristes : Port d'escale Gênes ou Savone.



CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it