

# Inhalt

Geheimtip, immer noch?	9
Kleine Gebrauchsanleitung für dieses Buch	12
Reiseplanung	13
Anreise	10
Unterkunft	19
Essen & Trinken	23

## Fünf Dörfer aus dem Mittelmeer-Bilderbuch 30

Monterosso	33
Vernazza	36
Corniglia	40
Manarola und Riomaggiore	41
Gute Adressen in den Cinque Terre	44
Was tun?	52

## Wanderungen in den Cinque Terre 55

## Ausflüge und Besichtigungen 75

# Vordergrund und Hintergründe 82

Geschichte 84

Kunst an der Riviera 96

Macchia und Pinienwald - die Pflanzenwelt 103

Wovon leben die Leute hier eigentlich? 111

Umweltzerstörung und Umweltschutz 115

Letztes Paradies oder Freilichtmuseum? 119

# Das Umland der Cinque-Terre 125

Genua 126

- Von Genua bis Sestri Levante 146

Nervi 147

Camogli 148

San Fruttuoso 155

Portofino 157

Santa Margherita Ligure 160

Rapallo 162

Chiavari 164

Sestri Levante 167

- Von Sestri Levante bis Portovenere 170

Moneglia 172

Deiva Marina 173

Framura 174

Bonassola 174

Lévantio 175

Portovenere 177

# Wanderungen - außerhalb der Cinque-Terre 181

Die große Tour: In neun Tagen von Genua nach Portovenere 181

Am Monte Portofino 207

## Die Italiener, dies fröhliche Volk 215

- Die Heiterkeit 218
- Familiengeschichten 221
- Spannungen 224

## Cinque Terre und ligurische Küste von A bis Z:

- Ärzte 228
- Auskünfte 228
- Bahnfahren 229
- Campen 229
- Feiertage 230
- Fernsehen 230
- Gepäck 230
- Karten 231
- Literatur 231
- Märkte 232
- Öffnungszeiten 233
- Post 233
- Preise 233
- Telefonieren 234
- Wassertemperaturen 234
- Zeitungen 235

## Ausgewählte Oasen

- Unterkommen 236
- Einkehren 237

## Ortsverzeichnis 238