

INHALT

Ligurien erleben	12		
Geografie und Klima	15	Feste und Veranstaltungen	22
Baukunst und Kulturlandschaften	17	Kunsthandwerk	24
Flora und Fauna	19		
Geschichte Liguriens	25		
Vor- und Frühgeschichte	25	Französische Revolution und italienische Vereinigung	30
Antike	26	Vom späten 19. bis ins 21. Jahrhundert	30
Mittelalter und Neuzeit	27		
Anreise	33		
Mit dem eigenen Fahrzeug	33	Mit dem Bus	44
Mit der Bahn	41	Mitfahrzentralen	45
Mit dem Flugzeug	44	Mit dem Fahrrad	45
Unterwegs in Ligurien	46		
Mit dem eigenen Fahrzeug	46	Mit dem Bus	51
Mit der Bahn	49	Mit dem Schiff	51
Übernachten	52		
Grandhotels, Alberghi, Pensioni und Locande	53	Jugendherbergen	57
Ferienhäuser und -wohnungen	55	Ferien auf dem ligurischen Bauernhof	57
Privatzimmer	56	Camping	58
Essen und Trinken	59		
Italienisches Frühstück	60	Ligurische Spezialitäten	64
Essen gehen	61	Ligurischer Wein	66
Lokale	62	Sonstige Getränke	68
Wissenswertes von A bis Z	69		
Adressen	69	Literatur	80
Ärztliche Versorgung	69	Museen	81
Baden	70	Notruf	81
Barrierefrei	73	Öffnungszeiten	82
Diplomatische Vertretungen	73	Post	82
Einkaufen	74	Rauchen	82
Eintrittspreise	75	Rechnungen	83
Feiertage	75	Reisedokumente	83
Geld	76	Sport	84
Hunde	77	Sprache/Sprachkurse	85
Informationen	78	Strom	86
Internet	79	Telefonieren	86
Kartenmaterial	79	Zeitungen/Zeitschriften	87
Kinder	79	Zoll	87
Kirchen	80		

Riviera di Ponente 90

Blumenriviera 93

Ventimiglia.....	93	Im Hinterland von Taggia – Valle Argentina.....	135
Die Hanbury-Gärten (Giardini Hanbury).....	100	Badalucco und Umgebung.....	135
Grotte dei Balzi Rossi mit Museo nazionale preistorico	101	Molini di Triora.....	136
Von Ventimiglia ins Hinterland.....	103	Triora.....	137
Roia-Tal.....	103	Loreto.....	138
Im „Tal der Wunder“	104	<i>Wandern auf dem Sentiero degli Alpini.....</i>	138
Nervia-Tal.....	105	Passstraße von Molini di Triora nach Pieve di Teco.....	138
Dolceacqua	106	Pieve di Teco.....	139
Apricale.....	107	Die Küste von Arma di Taggia bis Imperia.....	140
Perinaldo.....	109	Riva Ligure.....	140
Pigna.....	109	Santo Stefano al Mare.....	141
Castel Vittorio	110	San Lorenzo al Mare.....	141
Baiardo.....	111	Imperia	142
Bordighera.....	112	Dolcedo.....	147
Vallecrosia.....	117	Valloria.....	148
Ospedaletti.....	117	Chiusavecchia und umliegende Orte.....	149
San Remo (Sanremo)	119	Diano Marina	149
San Romolo und Monte Bignone ..	130	Diano Castello.....	152
Ceriana.....	131	San Bartolomeo al Mare	152
Bussana Vecchia	131	Cervo.....	152
Arma di Taggia	132		
Taggia	133		
Castellaro und das Santuario di Lampedusa	134		

Palmenriviera 154

Marina di Andora und Umgebung	154	Die Küste zwischen Albenga und Finale.....	177
Laigueglia.....	155	Ceriale.....	177
Alassio	160	Loano.....	178
Albenga	165	Die Höhlen von Toirano (Le Grotte di Toirano).....	179
<i>Wanderung 1: Auf der Römer- straße von Albenga nach Alassio</i>	172	Pietra Ligure.....	180
Insel Gallinara	174	Borgio Verezzi.....	181
Im Hinterland zwischen Albenga und Loano	174	Finale Ligure (Finale Marina, Finalpia, Finalborgo).....	183
Colletta di Castelbianco	174	Perti.....	190
Zuccarello	175	Calizzano und Bardinetto	191
Castelvecchio di Rocca Barbena	176	Varigotti.....	191
Balestrino.....	176		

<i>Wanderung 2: Von Varigotti über die Hochebene</i>	207
Le Manie nach Finale Ligure	193
Noli	195
Spotorno	198
Vado Ligure	200
Savona	200
Altare	206
Val Bormida und Parco Naturale Piana Crixia.....	206
Genua	216
Via Garibaldi (Strada Nuova)	232
Via Balbi	236
Im Hafenviertel der Altstadt (Quartiere del Porto antico)	238
Am Alten Hafen	240
Via San Lorenzo, Dom und Umgebung	244
Doria-Piazza San Matteo	246
Castello-Viertel (Quartiere Santa Maria di Castello)	247
Piazza De Ferrari und Via XX Settembre	249
Riviera di Levante	256
Nervi	258
Bogliasco	261
Recco	262
Halbinsel von Portofino	263
(Il Promontorio di Portofino)	263
Camogli	265
Südlich von Camogli	269
Auf dem Portofino Vetta	269
San Rocco	270
Punta Chiappa	270
<i>Wandern auf der Halbinsel von Portofino</i>	271
<i>Wanderung 4: Von Camogli zur Punta Chiappa</i>	272
<i>Wanderung 5: Von Camogli nach San Fruttuoso</i>	274
<i>Wanderung 6: Von Portofino nach San Fruttuoso</i>	275
Die Bucht von San Fruttuoso	277
Kloster von San Fruttuoso	278
Albisola (Albissola Marina und Albisola Superiore)	207
Sassello	208
Badia di Tiglito	209
Celle Ligure und Piani	210
Varazze	211
Parco Naturale del Monte Beigua	212
Arenzano	213
Pegli	214
Via Roma und Parco Villetta Di Negro	250
<i>Wanderung 3: Prachtstraßen und Gassengewirr – Stadtspaziergang durch Genua</i>	250
In der Oberstadt	251
Cimitero di Staglieno – Genuas Friedhof	253
Im Hinterland – von Genua nach Casella	254
Santa Margherita Ligure	279
Paraggi	284
Portofino	284
Rapallo	286
Santuario di Montallegro	290
San Michele di Pagana	291
Zoagli	291
Im Hinterland von Rapallo – das Val Fontanabuona	292
Cicagna	292
Sentiero dell'Ardesia (Schieferlehrpfad) in San Salvatore	292
Chiavari	293
Wallfahrtskirche Madonna delle Grazie	296
Basilica San Salvatore dei Fieschi	296
Lavagna	297
Cavi	297

Von Chiavari nach Santo Stefano d'Aveto	297	Zwischen Moneglia und Levanto	306
Santo Stefano d'Aveto	298	Moneglia	307
Von Santo Stefano d'Aveto Richtung Emilia-Romagna	299	Deiva Marina	309
Sestri Levante	299	Auf Umwegen nach Bonassola – über Framura	310
Im Hinterland – über Varese Ligure zum Passo di Cento Croci	304	Bonassola	312
Varese Ligure	304	Levanto	313
Wandern am Passo di Cento Croci	305	Levanto/Umgebung	318
Riva Trigoso	306	Wanderung 7: Levanto – Monterosso	319
Cinque Terre 322			
Unterwegs in den Cinque Terre	325	Vernazza	338
Baden an der Cinque-Terre-Küste	329	Santuario della Madonna Nera di Reggio	341
Wandern in den Cinque Terre	329	Corniglia	343
Wanderung 8: Monterosso – Vernazza	329	San Bernardino und Santuario Nostra Signora delle Grazie	343
Wanderung 9: Vernazza – Corniglia	331	Manarola	343
Wanderung 10: Corniglia – Riomaggiore	332	Groppi und Volastra	346
Monterosso (al Mare)	334	Auf der Via dell' Amore	346
Santuario Nostra Signora di Soviore	338	Riomaggiore	347
		Santuario Madonna di Montenero	350
		Biassa, Campiglia und Le Grazie	350
Golfo di La Spezia 352			
Portovenere	352	Wandern im Naturschutzgebiet Parco di Montemarcello	370
Die Inseln Palmaria, Tino und Tinetto	356	Montemarcello	370
La Spezia	357	Bocca di Magra	371
Vezzano	362	Im Val di Magra (Magra-Tal)	371
Am Ostufer des Golfo di La Spezia	363	Ameglia	372
Lerici und San Terenzo	364	Fiumaretta und Marinella di Sarzana	372
Zwischen Lerici und Tellaro/Fiascherino	368	Ausgrabungsgelände von Luni (Zona archeologica Luni)	373
Tellarolo	368	Sarzana	374
		Castelnuovo di Magra	376
Etwas Italienisch 378			
Register 380			