

Wandern in Ligurien

Wanderregionen in Ligurien ► 7 ■ Wetter und Wandersaison ► 10 ■
Stein- und Felskunde für Wanderer ► 15 ■ Pflanzenwelt ► 17 ■ Tierwelt
► 20 ■ Die Wanderwege ► 22 ■ Ausrüstung und Verpflegung ► 24 ■
Notfall und Notfallnummern ► 24 ■ Tourplanung und -durchführung ► 25 ■

Blumenriviera (Riviera dei Fiori)

- | | | |
|---------------|--|------|
| Tour 1 | Auf alten Saumpfad von Breil-sur-Roya nach Airole
Länge: 13,3 km ■ Dauer: 5:15 Std. | ► 38 |
| Tour 2 | Auf altem Maultierpfad von Apricale nach Perinaldo
Länge: 5,6 km ■ Dauer: 2:15 Std. | ► 45 |
| Tour 3 | Auf dem Sentiero degli Alpini und der Via Alpina um Monte Pietravecchia und Monte Toraggio
Länge: 15,1 km ■ Dauer: 5:25 Std. | ► 48 |
| Tour 4 | Auf den Monte Saccarello
Länge: 16,6 km ■ Dauer: 4:35 Std. ■ | ► 55 |
| Tour 5 | Zu den Wasserfällen der Arroscia
Länge: 4 km ■ Dauer: 2:10 Std. ■ | ► 62 |
| Tour 6 | Auf dem Brückenweg von Dolcedo
Länge: 6,9 km ■ Dauer: 2:35 Std. | ► 66 |
| Tour 7 | Auf den Bergrücken des Colle di Cervo
Länge: 5,9 km ■ Dauer: 2:15 Std. ■ | ► 70 |

Palmenriviera (Riviera delle Palme)

- | | | |
|----------------|---|-------|
| Tour 8 | Auf der alten Römerstraße von Albenga nach Alassio
Länge: 7,1 km ■ Dauer: 1:50 Std. ■ | ► 75 |
| Tour 9 | Von Onzo auf den Castell'Ermo
Länge: 9 km ■ Dauer: 3:20 Std. | ► 78 |
| Tour 10 | Auf alten Maultierpfaden von Toirano nach Balestrino
Länge: 6,6 km ■ Dauer: 2:40 Std. | ► 82 |
| Tour 11 | Durch das Hinterland von Finalborgo
Länge: 10,2 km ■ Dauer: 3:55 Std. | ► 86 |
| Tour 12 | Von Varigotti nach Noli
Länge: 5 km ■ Dauer: 2:30 Std. | ► 92 |
| Tour 13 | Durch das Naturschutzgebiet Adelasia
Länge: 8 km ■ Dauer: 3 Std. | ► 95 |
| Tour 14 | Durch den Staatsforst von Deiva
Länge: 11,7 km ■ Dauer: 4:05 Std. ■ | ► 100 |
| Tour 15 | Auf dem Lungomare Europa von Varazze nach Cogoleto
Länge: 8,2 km ■ Dauer: 2:10 Std. ■ | ► 105 |
| Tour 16 | Auf dem Sentiero Natura Pratorotondo zum Monte Rama
Länge: 11,5 km ■ Dauer: 4:15 Std. | ► 110 |
| Tour 17 | Durch den Canyon des Val Gargassa
Länge: 6,3 km ■ Dauer: 3:20 Std. | ► 118 |
| Tour 18 | Entlang der alten Befestigungsanlagen über Genua
Länge: 8,3 km ■ Dauer: 3:10 Std. ■ | ► 124 |

Riviera di Levante: Halbinsel Portofino und Hinterland

- Tour 19 Von Camogli über die Halbinsel von Portofino zum Kloster San Fruttuoso**
Länge: 5,9 km ■ Dauer: 2:30 Std. ► 132
- Tour 20 Von Camogli an der Steilküste entlang nach San Fruttuoso**
Länge: 7,1km ■ Dauer: 3 Std. ► 136
- Tour 21 Von Portofino in die Bucht von San Fruttuoso**
Länge: 4,9 km ■ Dauer: 2 Std. ■ ► 142
- Tour 22 Vom Santuario di Montallegro hinab nach Rapallo**
Länge: 8,4 km ■ Dauer: 2:30 Std. ► 146
- Tour 23 Vom Santuario di Montallegro hinab nach Chiavari**
Länge: 8,5 km ■ Dauer: 2:55 Std. ■ ► 150
- Tour 24 Von Sestri Levante zur Punta Marana**
Länge: 7,2 km ■ Dauer: 2 Std. ► 154
- Tour 25 Auf den Monte Penna**
Länge: 4,1 km ■ Dauer: 1:50 Std. ► 158
- Tour 26 Rundwanderung bei Bonassola**
Länge: 2,9 km ■ Dauer: 1:10 Std. ■ ► 162

Riviera di Levante: Cinque Terre und Golfo dei Poeti

- Tour 27 Einstieg in die Cinque Terre: von Levanto an der Küste nach Monterosso**
Länge: 7,5 km ■ Dauer: 2:35 Std. ► 165
- Tour 28 Vom Santuario Nostra Signora di Soviore hinab nach Monterosso al Mare**
Länge: 8 km ■ Dauer: 2:50 Std. ► 169
- Tour 29 An der Küste der Cinque Terre von Monterosso nach Riomaggiore**
Länge: 12 km ■ Dauer: 4:15 Std. ■ ► 173
- Tour 30 Von Vernazza nach Monterosso durch das Hinterland der Cinque Terre**
Länge: 9,1 km ■ Dauer: 2:45 Std. ► 180
- Tour 31 Von Riomaggiore nach Corniglia durch das Hinterland der Cinque Terre**
Länge: 8,4 km ■ Dauer: 2:50 Std. ■ ► 185
- Tour 32 Entlang der einsamen Steilküste von Riomaggiore nach Portovenere**
Länge: 13,4 km ■ Dauer: 4:15 Std. ► 190
- Tour 33 Rundwanderung auf der Isola Palmaria**
Länge: 7,1 km ■ Dauer: 2:40 Std. ■ ► 198
- Tour 34 Am Golfo dei Poeti: Von San Terenzo über Lerici nach Tellaro**
Länge: 6,4 km ■ Dauer: 2 Std. ■ ► 202
- Tour 35 Von Montemarcello hinab nach Tellaro**
Länge: 3,9 km ■ Dauer: 1:15 Std. ► 206
- Register** ► 210