

SOPRA IL MARE

SOTTO IL CIELO

Percorsi naturalistici tra profumi e sapori del Levante ligure



Il Timone. Liguria da gustare tel. +39 0187 1866292 mob. +39 347 2601008
mareEventi tel. +39 1865218 mob. +39 3490752475



Periodo: tutto l'anno

Ore 9,00 ritrovo località Acquasanta (raggiungibile in 5 min. da La Spezia con bus di linea per Porto Venere (P). Salita tramite mulattiera in loc. Campiglia (circa 60 min.) (difficoltà semplice). 10,00 Visita al mulino a vento e degustazione prodotti tipici locali: zafferano, confettura fichi d'india, chinotto presso la terrazza dell'Associazione Campiglia.. Ore 11,30 partenza trekking per Porto Venere sentiero n.1 CAI (difficoltà esperti). Arrivo Porto Venere ore 13,30 ca. Pranzo degustazione presso "Il timone. Sopra il mare, sotto il cielo" Min. 10 pax. € 47,00 - Bambini fino a 3 anni gratis – da 4 a 8 anni 50%.



Periodo: tutto l'anno

Ore 9.00 ritrovo a Porto Venere, Piazza Basterri. Salita sentiero n.1 CAI lungo le mura del Castello Doria. Arrivo alla 'casa dei cavatori', testimonianza delle attività di estrazione del marmo portoro presenti sul territorio fin dall'epoca romana, breve sosta. Continuazione diramazione sentiero fino a raggiungere "Il timone. Sopra il mare, sotto il cielo". Ore 10.00 lezione di pesto con degustazione. Ore 11,30 partenza e rientro al borgo. Min. 10 pax. € 15,00 - Bambini fino a 3 anni gratis – da 4 a 8 anni 50%.

Periodo estivo: giugno-settembre

Ore 14,45 ritrovo capolinea delle Grazie, visita guidata alla Villa Romana del Varignano, dove sono presenti i resti di un frantoio dell'epoca (I sec. a.C. – V sec. d.C.). Ore 16,00 percorso trekking attraverso mulattiera che si snoda tra gli uliveti del monte Muzzerone fino a Porto Venere. Ore 17,00 degustazione olio e olive di produzione locale presso "Il timone. Sopra il mare, sotto il cielo". Discesa al borgo e tempo libero per la visita. Ore 19,30 cena con prodotti tipici presso Ristorante "Il timone. Forno e cucina". Min. 10 pax. € 42,00 - Bambini fino a 3 anni gratis – da 4 a 8 anni 50%. N.B. Nel periodo invernale: ottobre-maggio, questa escursione viene effettuata al mattino con pranzo finale a base di prodotti tipici.



Periodo: aprile-settembre.

Ore 9,30 ritrovo presso passeggiata Morin (La Spezia) o Porto Venere, imbarco su battello e visita del golfo e degli impianti di mitilicoltura. Ore 10,30 visita allo stabulatore di Santa Teresa con spiegazioni sul trattamento dei mitili da parte del biologo dell'impianto. Ore 11,30 imbarco per Porto Venere e a seguire pranzo a base di muscoli locali presso Ristorante "Il Timone. Forno e cucina". Min. 10 pax. € 35,00 (+ costo battello) - Bambini fino a 3 anni gratis – da 4 a 8 anni 50%.

Periodo: aprile-settembre.

Ore 9,00 ritrovo presso passeggiata Morin (La Spezia) o Porto Venere (in tal caso ore 10,00), Ore 9,15 imbarco su battello per le 5 Terre, tappa a Riomaggiore, percorso a piedi della "Via dell'amore" fino a Manarola, aperitivo con degustazione. Rientro in battello a Porto Venere. Ore 13,00 pranzo-degustazione con i prodotti delle 5 Terre presso Ristorante "Il Timone. Forno e cucina". Min. 10 pax. € 45,00 (+ costo battello) - Bambini fino a 3 anni gratis – da 4 a 8 anni 50%.



Periodo: aprile-settembre.

Ore 9,00 ritrovo presso passeggiata Morin (La Spezia) o Porto Venere. Ore 9,15 imbarco su battello per l'isola Palmaria, trekking per i sentieri alla scoperta delle erbe aromatiche, riconoscimento e utilizzo. Ore 11,45 imbarco per Porto Venere. Ore 13,00 pranzo-degustazione 'erbe aromatiche' presso il Ristorante "Il Timone. Forno e cucina". Min. 10 pax. € 35,00 (+ costo battello) - Bambini fino a 3 anni gratis – da 4 a 8 anni 50%.

Sono previste inoltre degustazioni di farinate, focacce e vini liguri, altri percorsi sono realizzabili su richiesta.