

Inhalt

Orientiert in Ligurien ■ 10

Die Region im Profil ■ 12 | Die Strände in Ligurien ■ 14 | Ligurien mit Kindern ■ 16

Unterwegs in Ligurien ■ 18

Riviera di Ponente – Blumenriviera ■ 20

Ventimiglia ■ 24

Umgebung von Ventimiglia ■ 29

Die Hanbury-Garten ■ 29

Grotte dei Balzi Rossi mit Museo nazionale preistorico ■ 30

Nervia-Tal ■ 32

Dolceacqua ■ 32

Apricale ■ 34

Perinaldo ■ 36

Pigna ■ 37

Castel Vittorio ■ 37

Baiardo (Bajardo) ■ 38

Bordighera ■ 39

Vallecrosia ■ 44

Ospedaletti ■ 45

Sanremo ■ 47

Umgebung von Sanremo ■ 59

San Romolo und Monte Bignone ■ 59

Ceriana ■ 59

Bussana Vecchia ■ 59

Arma di Taggia ■ 60

Taggia ■ 61

Castellaro und das Santuario di Lampedusa ■ 63

Valle Argentina und

Valle Arroscia ■ 64

Badalucco ■ 64

Montalto Ligure ■ 65

Molini di Triora ■ 66

Triora ■ 66

Loreto ■ 68

Wandern auf dem

Sentiero degli Alpini ■ 68

Passstraße von Molini di Triora nach Pieve di Teco ■ 68

Rezzo ■ 69

Pieve di Teco ■ 70

Mendatica und Umgebung ■ 70

Zwischen Sanremo und Imperia ■ 71

Riva Ligure ■ 71

Santo Stefano al Mare ■ 72

San Lorenzo al Mare ■ 72

Imperia ■ 73

Im Hinterland von Imperia ■ 81

Dolcedo ■ 81

Valloria ■ 83

Chiusavecchia und umliegende Orte ■ 83

Diano Marina ■ 84

Umgebung von Diano Marina ■ 87

Diano Castello ■ 87

San Bartolomeo al Mare ■ 87

Cervo ■ 88

Riviera di Ponente – Palmenriviera ■ 90

- Marina di Andora ■ 94
- Laigueglia ■ 95
- Alasio** ■ 97
- Albenga** ■ 102
- Isola Gallinara ■ 106
- Hinterland von Albenga ■ 110
- Colletta di Castelbianco ■ 110
- Zuccarello ■ 111
- Castelvecchio di Rocca Barbena ■ 111
- Balestrino ■ 112
- Küste zwischen Albenga und Finale ■ 113
- Ceriale ■ 113
- Loano ■ 113
- Die Höhlen von Toirano ■ 114
- Pietra Ligure ■ 115
- Borgio Verezzi ■ 116
- Finale Ligure** ■ 118
- Hinterland von Finale Ligure ■ 127
- Perti ■ 127
- Calizzano und Bardineto ■ 127
- Varigotti ■ 128
- Noli ■ 129
- Spotorno ■ 132
- Vado Ligure ■ 133
- Savona** ■ 133
- Hinterland von Savona ■ 139
- Altare ■ 139
- Val Bormida und Parco Naturale Piana Crixia ■ 140
- Albisola (Albissola Marina und Albisola Superiore) ■ 141
- Hinterland von Albisola ■ 142
- Sassello ■ 142
- Badia di Tiglieto ■ 143
- Celle Ligure und Piani ■ 144
- Varazze ■ 145
- Parco Naturale del Monte Beigua ■ 146
- Arenzano ■ 147
- Pegli – Vorort von Genua ■ 148

Genua ■ 150

Stadtgeschichte ■ 152

Genua heute ■ 156

**Am Alten Hafen
(Porto Antico) ■ 159**

**Das mittelalterliche
Genua ■ 163**

Im Hafenviertel der Altstadt
(Quartiere del Porto Antico) ■ 163

Castello-Viertel (Quartiere Santa Maria
di Castello) ■ 166

Via San Lorenzo ■ 170

Piazza San Matteo ■ 172

**Die Prachtstraßen
des 16. und 17. Jh. ■ 173**

Via Garibaldi (Strada Nuova) ■ 173

Via Balbi ■ 177

Das neuzeitliche Genua ■ 180

Piazza De Ferrari und
Via XX Settembre ■ 180

Via Roma und

Parco Villetta Di Negro ■ 181

Castelletto – Genua von oben ■ 182

Cimitero di Staglieno ■ 183

Die östlichen Vororte ■ 184

**Das Hinterland
von Genua ■ 198**

Riviera di Levante – Nervi bis Levante ■ 200

Nervi – Vorort von Genua ■ 203

Zwischen Nervi und der
Halbinsel von Portofino ■ 206

Bogliasco ■ 206

Sori ■ 207

Recco ■ 207

**Halbinsel von Portofino
(Il Promontorio di
Portofino) ■ 209**

Camogli ■ 211

Südlich von Camogli ■ 215

San Rocco ■ 215

Punta Chiappa ■ 216

Die Klosterbucht von
San Fruttuoso ■ 217

Kloster von San Fruttuoso ■ 217

**Santa Margherita Ligure ■ 219
Portofino ■ 225**

Paraggi ■ 226

Rapallo ■ 227

San Michele di Pagana ■ 228

Im Hinterland von Rapallo ■ 231

Santuario di Montallegro ■ 231

Das Val Fontanabuona ■ 232

Chiavari ■ 233

Umgebung von Chiavari ■ 238

Wallfahrtskirche Nostra Signora delle
Grazie ■ 238

Lavagna ■ 238

Basilica San Salvatore dei Fieschi ■ 239

Von Chiavari nach

Santo Stefano d'Aveto ■ 240

Santo Stefano d'Aveto ■ 241
Von Santo Stefano d'Aveto
Richtung Emilia-Romagna ■ 241
Sestri Levante ■ 242
Im Hinterland von Sestri Levante ■ 247
Varese Ligure ■ 248
Passo di Cento Croci (1055 m) ■ 249
Zwischen Sestri und Levanto ■ 249

Riva Trigoso ■ 250
Moneglia ■ 251
Deiva Marina ■ 253
Auf Umwegen nach
Bonassola – über Framura ■ 254
Bonassola ■ 255
Levanto ■ 256
Lavaggirosso ■ 257

Cinque Terre ■ 262

Historisches zu den Cinque Terre ■ 264
Übernachten in den Cinque Terre ■ 267
Unterwegs in den Cinque Terre ■ 267
Wandern in den Cinque Terre ■ 269
Monterosso al Mare ■ 271
Santuario Nostra Signora
di Soviore ■ 273
Vernazza ■ 276
Corniglia ■ 279

Manarola ■ 281
Riomaggiore ■ 284
Die Via dell'Amore ■ 285
Santuario Madonna
di Montenero ■ 285
Auf der Straße
oberhalb der Küste ■ 286
Gropo und Volastra ■ 287
Biassa ■ 287

Golfo di La Spezia ■ 288

Porto Venere ■ 290
Umgebung von Porto Venere ■ 294
Palmaria, Tino und Tinetto ■ 294
Le Grazie und Campiglia ■ 295
La Spezia ■ 296
Am Ostufer des Golfo di
La Spezia ■ 301
Lerici und San Terenzo ■ 302
Fiascherino ■ 304
Tellaro ■ 305

Montemarcello ■ 306
Wandern im Naturschutzgebiet
Parco di Montemarcello ■ 307
Im Val di Magra ■ 308
Ameglia ■ 308
Die Magra-Mündung ■ 309
Vezzano Ligure ■ 309
Sarzana ■ 310
Castelnuovo Magra ■ 312
Ausgrabungsgelände von Luni ■ 312

Nachlesen & Nachschlagen ■ 314

Geografie und Klima ■ 316

Baukunst und Kulturlandschaften ■ 319

Flora und Fauna ■ 321

Feste und Veranstaltungen ■ 324

Geschichte Liguriens ■ 325

Anreise und Verkehrsmittel vor Ort ■ 332

Übernachten ■ 338

Essen und Trinken ■ 342

Reisepraktisches von A bis Z ■ 350

Ärztliche Versorgung ■ 350 | Ausweispapiere ■ 351 | Einkaufen ■ 351 | Eintrittspreise ■ 352 | Feiertage ■ 352 | Geld ■ 352 | Hunde ■ 353 | Informationen ■ 353 | Internet/Wifi ■ 354 | Kartenmaterial ■ 354 | Kirchen ■ 354 | Literatur ■ 354 | Mülltrennung ■ 355 | Museen ■ 355 | Notruf ■ 355 | Post ■ 355 | Rechnungen ■ 356 | Sport ■ 356 | Sprache ■ 357 | Telefonieren ■ 357 | Zeitungen/Zeitschriften ■ 358 | Zoll ■ 358

Wandern in Ligurien ■ 360

9 Wanderungen | Übersicht auf Seite 362/363

Verzeichnisse ■ 386

Etwas Italienisch ■ 386 | Kartenverzeichnis ■ 394 | Alles im Kasten ■ 395 | Fotonachweis ■ 395 | Impressum ■ 396 | Register ■ 400