



Interreg



UNION EUROPÉENNE
UNIONE EUROPEA



R-ItinERA

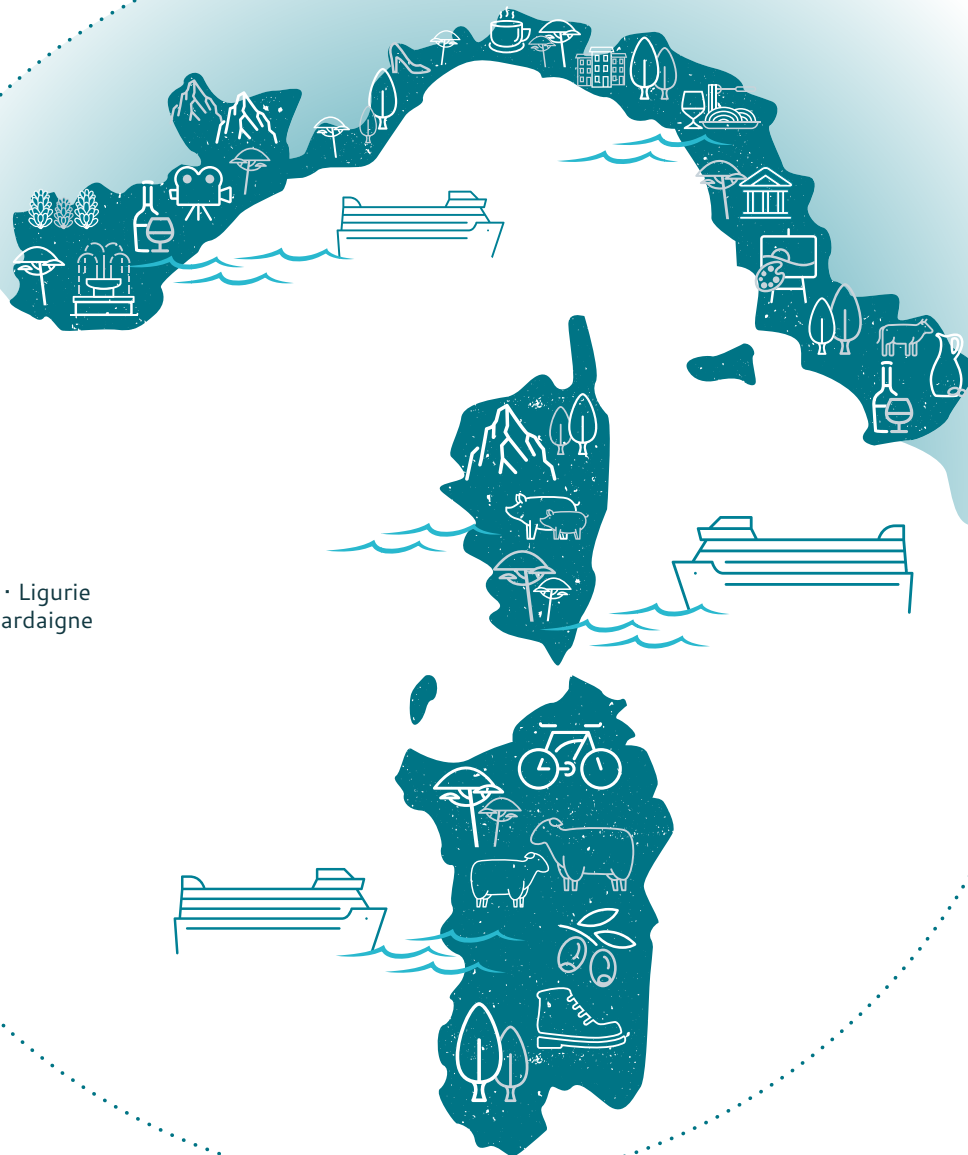
ITINERARI ECOTURISTICI
ITINÉRIAIRES ÉCOTOURLSTIQUES

MARITTIMO-IT FR-MARITIME

Fonds européen de développement régional
Fondo Europeo di Sviluppo Regionale

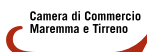
ITINÉRIAIRES ÉCOTOURLSTIQUES

FRANCE
ITALIE



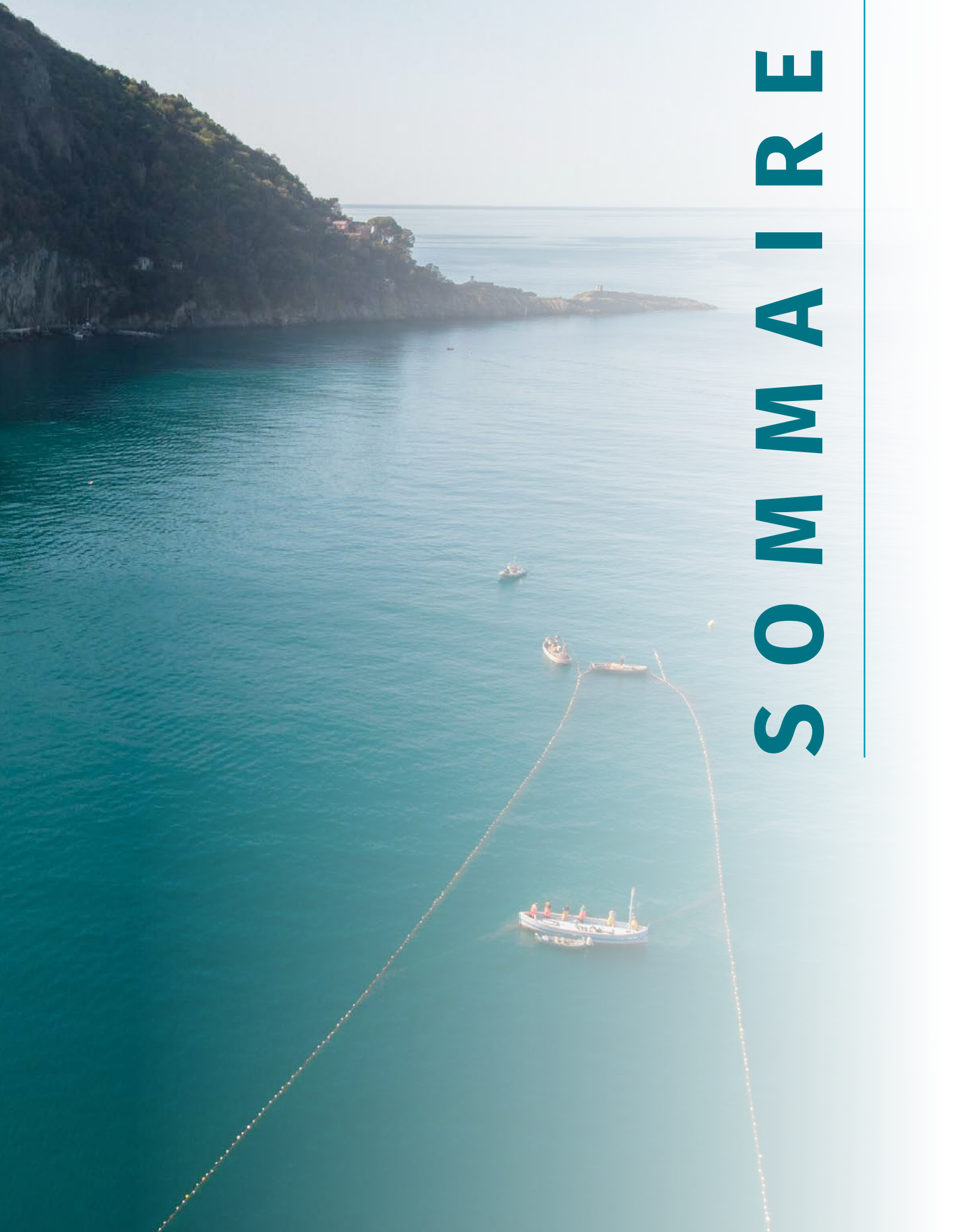
Var · Corse · Ligurie
Toscane · Sardaigne

EXCURSIONS ZÉRO ÉMISSION POUR LE MARCHÉ DES CROISIÈRES DE LUXE



La coopération au cœur de la Méditerranée
La cooperazione al cuore del Mediterraneo

S O M M A I R E





PROJET R-ITINERA **P.4**

LES PARTENAIRES **P.5**

ITINÉRAIRE 1 **P.6**

Sur les traces de la tradition et de la nature sauvage

Le Sinis à vélo **P.8**

Écotour à vélo électrique ou en canoë autour du fabuleux rocher de Roquebrune-sur-Argens **P.10**

Les territoires du Verdon entre nature et gastronomie d'exception **P.12**

Cap Corse panoramique à vélo électrique **P.14**

Le Cap Corse vu de la mer **P.16**

Au cœur de la Maremme un voyage à travers la nature et les traditions gastronomiques et œnologiques **P.18**

Kayaking et snorkelling à Portofino **P.20**

Découvrez les sentiers perchés des montagnes ligures **P.22**

ITINÉRAIRE 2 **P.24**

Un voyage initiatique en harmonie avec nos 5 sens

Sons et saveurs de Cagliari **P.26**

Une escapade écologique et de bien-être sur l'île de Porquerolles **P.28**

Balade en calèche à travers la vigne et en forêt pour les épicuriens amoureux de nature **P.30**

Une promenade inoubliable en vélo électrique dans les champs de lavande de Valensole, un trésor provençal **P.32**

Jardins extraordinaires et patrimoine naturel corse **P.34**

Savonnerie artisanale, apiculteur et vigneron : un tour des sens à Patrimonio **P.36**

Le nectar des dieux des mystères de la civilisation étrusque à l'architecture des caves de l'auteur **P.38**

Entre terre et mer : la lagune d'Orbetello **P.40**

Livourne, la ville, sa mer **P.42**

Rocca di San Silverstro, la route du fer entre l'archéologie et la nature **P.44**

La Tonnarella de Camogli : une expérience émotionnelle hors du temps **P.46**

Un moyen de transport insolite pour prendre le temps d'admirer la magie de Gênes **P.48**

Les superbes farines : Gênes, carrefour de l'art blanc Méditerranéen **P.50**

PROJET R-ITINERA



Le projet R-ITINERA s'inscrit dans la continuité du projet ItinERA (programme européen Interreg Italie France Marittimo 2014-2020), qui était **dédié exclusivement aux croisiéristes**.

Il vise à promouvoir, au sein d'itinéraires transfrontaliers, de nouvelles expériences immersives et durables à travers la valorisation économique du patrimoine culturel et naturel, avec une offre élargie à une plus grande «accessibilité sociale». Il réunit 5 des 8 partenaires d'ITINERA et vise à renforcer la compétitivité économique des cinq régions concernées (Var, Corse, Ligurie, Toscane et Sardaigne).

Faisant suite aux effets de la pandémie COVID-19, il a pour objectif d'accompagner, à moyen et long terme, les territoires concernés dans leur processus de reprise, afin de répondre aux objectifs de compétitivité, de durabilité et de cohésion de l'Agenda 2030 et de la Politique de Cohésion.

La réalisation de ces objectifs entraînera des changements positifs en termes quantitatifs s'agissant de l'augmentation du périmètre du bassin touristique, l'élargissement des groupes cibles (en y ajoutant les seniors, les familles et les étudiants) en plus des croisiéristes du segment de luxe, grâce à la valorisation des itinéraires élaborés pour le secteur de la croisière.

Les bénéficiaires directs en sont les socio-professionnels et les sites touristiques des territoires visités, tandis que les bénéficiaires indirects en sont les personnes qui emprunteront ces itinéraires pour découvrir les excursions ci-jointes. Chacune des régions propose ainsi 2 à 5 expériences culturelles et/ou gastronomiques immersives en privilégiant les modes de transport doux. Deux itinéraires de croisière distincts permettront de découvrir cette offre unique au départ des ports d'escale transfrontaliers.

Le projet R-ITINERA s'inscrit dans le cadre du programme européen Programme Interreg Italie France Maritime 2014-2020, cofinancé par le Fonds européen de développement régional (FEDER).



Sur les pas de la tradition et de la nature sauvage

La découverte de sites naturels exceptionnels à l'aide d'une option de mobilité douce



Un voyage initiatique en harmonie avec nos 5 sens

La découverte de la gastronomie et des produits locaux en testant/explorant des produits sourcés localement

Pour les deux domaines thématiques, un macro-itinéraire a été conçu pour les croisières et qui couvrira plusieurs jours.

La coopération au cœur de la Méditerranée



CORSE	Toute la région
LIGURIE	Toute la région
VAR PROVENCE	Alpes-Maritimes Var
SARDAIGNE	Toute la région
TOSCANE	Grosseto Lucca Livorno Massa Carrara Pisa



6,5 M
habitants



199.649.898 €
par an



169.702.411 €
FESR
- Fonds européen de développement régional -

LES PARTENAIRES

Leader du projet

Chambre du Commerce et de l'Industrie de Cagliari, Agriculture et Artisanat (Sardaigne)



Chambre du Commerce et de l'Industrie du Var



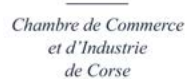
Chambre du Commerce et de l'Industrie de Maremma, Agriculture et Artisanat (Toscane)



Chambre du Commerce et de l'Industrie de Gênes, Agriculture and Artisanat



Chambre du Commerce et de l'Industrie de Corse



ITINÉRAIRE 1



SUR LES TRACES DE LA TRADITION ET DE LA NATURE SAUVAGE

Cet itinéraire de croisière est un véritable mélange de ports de charme et de ports urbains.





LE SINIS À VÉLO

PÉNINSULE DE SINIS ET PESCHIERA DE CABRAS

Journée entière

Unique d'un point de vue archéologique et naturaliste, la péninsule du Sinis est un lieu d'une beauté scénique extraordinaire, une bande de terre qui sépare le golfe d'Oristano de la mer de Sardaigne, riche en trésors naturels et archéologiques. Elle abrite la cité antique de Tharros, et c'est aussi le site où ont été récemment découverts les Géants de Monti Prama, des sculptures nuragiques représentant d'anciens guerriers. Il sera possible de profiter et de visiter la péninsule à travers un circuit à vélo, afin de tirer le meilleur parti des ressources naturelles, culturelles et environnementales.



SARDAIGNE

ACTIVITÉ
EN PLEIN AIR
—
ŒNOGASTRONOMIE
LOCALE
—
MODE DE
TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

- **Journée entière**
- **Domaines concernés :** Culture, nourriture et vin
- **Port d'escale d'Oristano :** Oristano
 - > **Heure de débarquement :** 09h00
 - > **Heure d'embarquement :** 17h00
- **16 - 20 PERSONNES**

TYPE DE PUBLIC

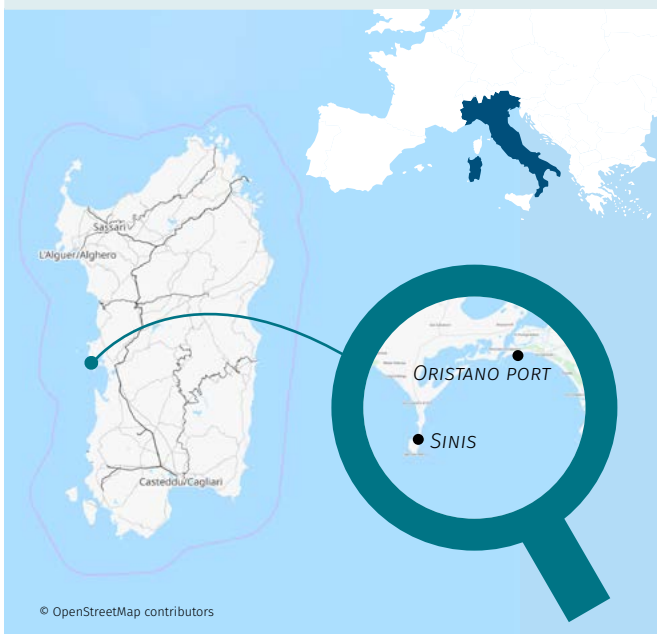
- **Groupe d'âge :** JEUNES | ADULTES
- **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. **8 heures**

LOCALISATION

- **1^{er} site de l'excursion - 9H30**
Péninsule du Sinis - Oristano
- **Moment de rafraîchissement - 13H00**
Peschiera Mar' e' Pontis (Cabras - OR)
- **2^e site de l'excursion - 15H30**
Musée civique « G. Marongiu » - Cabras (OR)



ZONE D'EXCURSION

Une bande de la Sardaigne qui donne une impression de continuité entre la terre et la mer. Dans la zone protégée de la péninsule du Sinis et de l'île de Mal di Ventre, créée en 1997 et couvrant environ 26 000 hectares dans la région de Cabras, un échantillon multicolore de milieux terrestres et lacustres descend doucement vers les plages et les falaises. Les fonds marins sablonneux et les herbiers de posidonies sont peuplés de poissons, de mollusques et de crustacés : des paysages sous-marins idéaux pour la pratique du snorkeling et de la photographie sous-marine, grâce aussi à la présence d'épaves de toutes les époques : navires romains, espagnols et du XX^e siècle, dont une oneraria de 36 mètres coulée entre 80 et 50 avant J.-C. avec deux mille lingots de plomb.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Pour assurer la narration complète du thème de l'excursion et la compréhension totale du parcours « espace-temps », un guide qualifié (archéologue) accompagnera le groupe tout au long de la journée.

Dans l'arrière-pays immédiat, les dunes de sable laissent place aux étangs de Cabras, l'un des écosystèmes marécageux les plus vastes et les plus productifs d'Europe, peuplé de flamants roses et de diverses autres espèces aviaires.

Pour retracer la préhistoire et l'histoire du Sinis, nous partons de Tharros : ce fut un village nuragique, une colonie phénicienne, un port carthaginois, une ville à l'époque romaine, la capitale de l'époque byzantine et, enfin, la première capitale du giudicato d'Arborea. Nous poursuivons ensuite vers le musée de Cabras, où nous pouvons admirer les statues des Géants de Mont'e Prama (VIIIe siècle avant J.-C.), heureusement découvertes par un agriculteur dans les années 1970, qui constituent l'un des trésors les plus fascinants de la Sardaigne.

DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Après avoir débarqué au port d'Oristano, une navette vous conduira à la péninsule voisine de Sinis, où vous prendrez des vélos et commencerez un tour le long de l'extrémité de la péninsule, une importante oasis naturelle qui atteint le village balnéaire de San Giovanni. Vous visiterez ensuite les ruines de l'ancienne ville de Tharros, fondée par les Phéniciens au 8e siècle, puis conquise par les Romains, avant d'être gouvernée par les Vandales puis les Byzantins. Avant le déjeuner, vous visiterez également l'ancienne église romane de San Giovanni di Sinis, datant du 5^e siècle.

Nous nous rendons ensuite au vivier de Mar' e' Pontis, dans l'étang de Cabras, où, après une visite illustrant l'élevage de mulets et la production de poutargue, un mets important de l'île, nous aurons l'occasion de déguster un déjeuner de poisson local, en compagnie des pêcheurs. Nous retournerons ensuite à Cabras pour visiter le musée civique G.Marongiu, où sont exposés certains des géants de Monti Prama. Après la visite, nous retournerons au port d'Oristano.

CONTACT :

Dott.ssa Giuseppina Scorrano

Responsabile Settore Promozione Turismo

Centro Servizi Promozionali per le Imprese
Azienda Speciale della Camera di Commercio di
Cagliari

Largo Carlo Felice 66 - 09126 Cagliari

Tel. +39 070 60512330

Email : turismo@csimprese.it

Site : www.csimprese.it





By



ÈCOTOUR EN VÈLO ÈLECTRIQUE OU EN CANOÈ AUTOUR DU FABULEUX ROCHER DE ROQUEBRUNE-SUR-ARGENS

AU DÉPART DE FRÉJUS, SAINT-RAPHAÈL

Excursion d'une journée



VAR PROVENCE

ACTIVITÉ
PLEINE NATURE
—
SITE NATUREL
REMARQUABLE
—
MODE DE
TRANSPORT DOUX

● TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Découverte, nature, sport
- Port d'escale : Fréjus, Saint-Raphaël
- VIP TOUR | **PETITS GROUPES** | MOYENS GROUPES
- D'avril à octobre

● TYPE DE PUBLIC

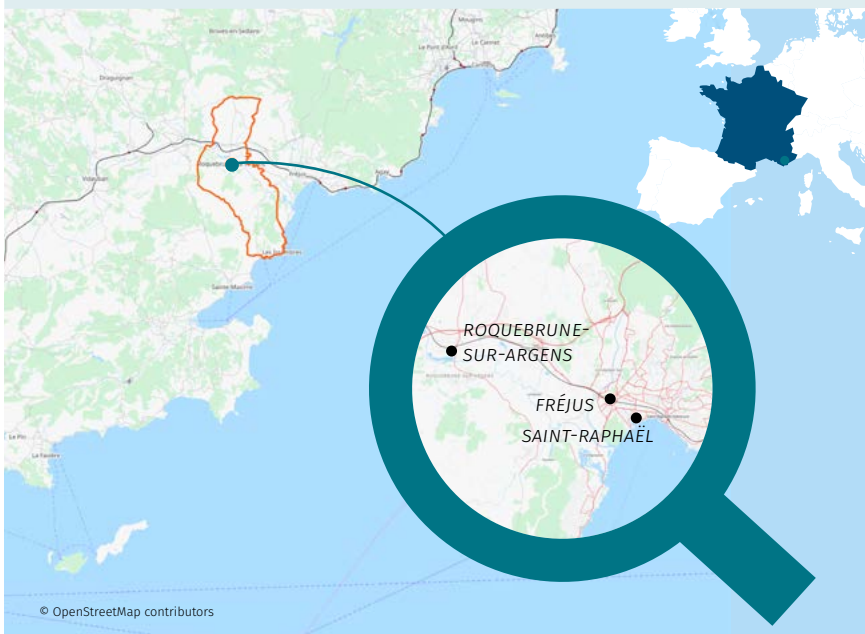
- À partir de 12 ans (accès personnes à mobilité réduite : Non)

● DURÉE

- Env. **6 heures, déjeuner inclus**

● LOCALISATION

- **1^{er} étape** : dégustation dans un domaine viticole
- **2^e étape** : balade en vélo électrique sur les sentiers balisés du Rocher
- **3^e étape** : dégustation de chocolat dans le village médiéval de Roquebrune-sur-Argens
- **Ètape finale** : sortie canoë kayak sur l'Argens



PARTEZ À L'AVENTURE !

Plutôt canoë/kayak, vélo ou dégustation de vin bio ou fan de chocolat ? Quel que soit votre choix, aux Roquebrune-sur-Argens vous serez entouré de nature à l'état sauvage. L'Argens, un fleuve côtier classé NATURA 2000, vous réserve des paysages luxuriants bordant le Massif des Maures. Venez découvrir cet espace sauvage riche en biodiversité.



DÉCOUVERTE D'UN DOMAINE EN VÉLO ÉLECTRIQUE

Partez à la découverte d'un domaine prestigieux et goûtez à l'art de vivre Provençal ! Après une agréable balade de 7 km en vélo électrique au cœur de la campagne Provençale, vous ferez une halte dans un domaine authentique où vous participerez à une masterclass pour tout savoir sur les vins de la région et vous initier à la dégustation. Les producteurs, passionnés et engagés dans une démarche durable, vous accueilleront avec plaisir pour partager avec vous leur savoir-faire ancestral.

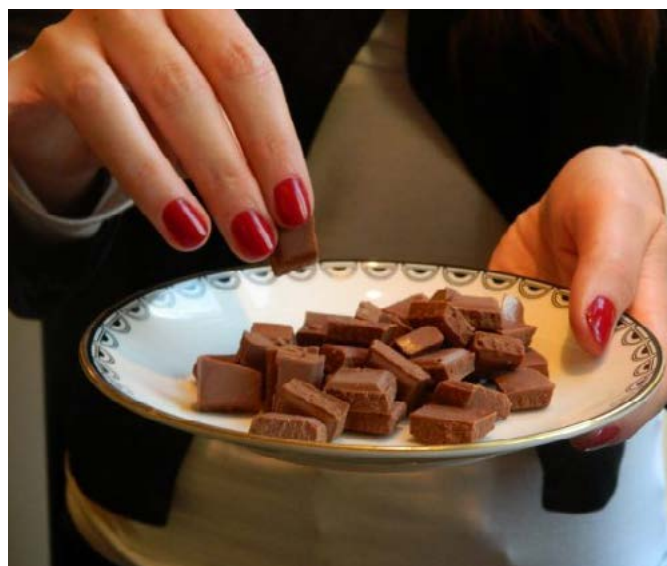
DÉCOUVERTE DU PATRIMOINE NATUREL ET CULTUREL EN VÉLO

Laissez-vous guider par votre vélo électrique et profitez d'une vue panoramique exceptionnelle du rocher de Roquebrune. Après cette balade d'environ une heure, vous découvrirez Roquebrune-sur-Argens, un ancien village médiéval entouré de 7 vignobles, des moulins à huile et plusieurs apiculteurs, où vous dégusterez différents produits du terroir ainsi que des délicieux chocolats fabriqués par les maîtres chocolatiers du village. Cette balade ravira toute la famille !

UNE BALADE EN CANOÛ EN PLEINE NATURE

La Base du Rocher est un fabuleux point de départ pour des activités nature. Cette balade de 6 km au fil de l'Argens vous offre une vue imprenable du rocher de Roquebrune qui culmine à 373 mètres d'altitude. Ce parcours plat, sans rapides, vous offre la possibilité de faire l'aller-retour à La Base du Rocher où vous pourrez savourer un moment de détente à l'ombre d'arbres centenaires à la fin de votre balade.

Niveau de pratique : débutants acceptés.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Pour assurer le récit complet du thème de l'excursion et la compréhension totale du parcours « espace-temps », un guide qualifié (archéologue) se joindra au groupe pour l'accompagner tout au long de la journée.

CONTACT :



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr





By



LES TERRITOIRES DU VERDON ENTRE NATURE ET GASTRONOMIE D'EXCEPTION

DE FRÉJUS, SAINT-RAPHAËL

Excursion d'une journée



VAR PROVENCE

NATURE
—
DÉCOUVERTE
—
GASTRONOMIE

● TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- **Domaines concernés** : loisirs, nature, sport, gastronomie, vin
- **VIP TOUR** | **PETITS GROUPES** | **MOYENS GROUPES** | **MEDIUM-SIZED**
- **De novembre à mars**

● TYPE DE PUBLIC

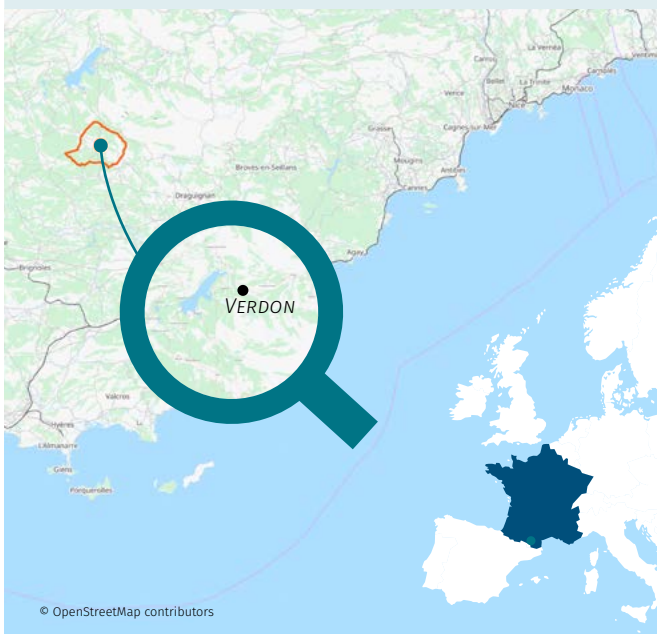
- **Tout public, familles**

● DURÉE

- Env. **6h selon les ateliers choisis**

● LOCALISATION

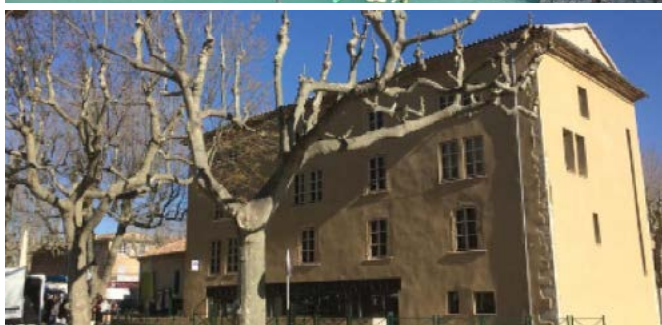
- **Aups (Haut Var)**
- **À 1h15 du port de Fréjus, Saint-Raphaël et 1h30 de Toulon**



TRUFFE DÉVOILE SES SECRETS !

La Maison de la truffe est installée au cœur du Village d'Aups et propose pour petits et grands, amateurs, experts ou néo-phytes, une plongée ludique dans l'atmosphère souterraine et mystérieuse du diamant noir d'Aups. La maison propose 4 univers d'expériences aux ambiances complémentaires :

- L'Aventure de la truffe – Espace poly sensoriel
- La Truffe par les 5 sens – Découvrir / apprendre à déguster
- Truffo-touristique – Activités / ateliers autour de la truffe
- Un espace boutique



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

La Provence est une terre de truffes, et Aups une des places les plus emblématiques de sa production. Ici et depuis longtemps, la truffe se cultive, se récolte, se vénère aussi, se vend, se partage, se déguste. La truffe est un trésor rare et précieux, utilisé par les plus grands chefs dans les restaurants les plus raffinés. Elles sont très appréciées pour leur goût distinctif et unique, mais aussi pour leur très faible teneur en calories.

BALADE EN CATAMARANS SUR LE LAC DE SAINTE-CROIX

Profitez des plaisirs de la voile à bord d'un catamaran et découvrez le lac de Sainte croix, 4^e lac de France, un lieu magique où vous pourrez également pratiquer des nombreuses activités nautiques et admirer le **plus grand canyon d'Europe**.

VISITE GOURMANDE DE LA MAISON DE LA TRUFFE D'AUPS

Plongez dans l'univers mystérieux de la truffe en visitant les 200 m² d'espaces poly sensoriels de la Maison de la truffe d'Aups et du Verdon. En fin de visite, dégustez, l'une de nos spécialités locales à base de truffe noire autour d'un verre de vin du Haut Var !

Offert : 1 produit de la boutique Maison de la truffe

Pour parfaire votre visite gastronomique, la plus grande exploitation oléicole du Var à Taurenne vous accueille pour une dégustation de ses 8 variétés d'huiles.

MASTER-CLASS « CUISINE TRADITIONNELLE VS MOLÉCULAIRE DE LA TRUFFE » À LA BASTIDE DE CALALOU

Passez derrière les fourneaux d'un chef Aupsois « Maître restaurateur » et revisitez les classiques autour de la truffe en expérimentant des recettes moléculaires autour de la truffe d'Aups. Au fil des recettes, vous dégusterez les 4 plats et apprendrez les accords mets & vins locaux.

Offert : 1 coupe de Champagne

DÉMONSTRATION DE CAVAGE : LES CHIENS TRUFFIERS À LA RECHERCHE DE L'OR NOIR

Découvrez le cycle de production de la truffe, comment fonctionne une truffière, comment elles sont « cavées », le travail du chien truffier et le dressage du maître...

CONTACT :



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr

By



Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

CAP CORSE PANORAMIQUE

À VÉLO ÉLECTRIQUE

Demi-journée



CORSE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR
SPORT
NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une demi-journée
- Domaines concernés : éco-culture, éco-enogastronomie
- Port d'escale : Bastia
 - > Heure de débarquement : 09h30
 - > Heure d'embarquement : 11h30
- 6-12 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge :
JEUNES | ADULTES
- Cibles : **SINGLE | COUPLES | FAMILLES**

DURÉE

- Env. **3 heures**

LOCALISATION

- 1^{er} site : Miomo
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5 km, 60 min
- Moment de rafraîchissement :
Miomo
DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 5 km, 60 min
- 🏪 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



© OpenStreetMap contributors

ZONE D'EXCURSION

Le littoral du Cap Corse est caractérisé par ses tours génoises, comme celle de Miomo, héritage d'un passé séculaire, et offre une vue magnifique sur les îles de l'archipel toscan (Elbe, Capraia, Monte Cristo). Avec ce tour en vélo électrique, vous prenez le temps de contempler le panorama avec un réel sentiment de liberté.



La randonnée part du port et rejoint le petit village de Miomo, à 5 kilomètres au nord de Bastia, où commence le Cap Corse. Nous faisons le tour de la « corniche », la route panoramique au-dessus de Miomo, puis nous nous arrêtons pour une dégustation avant de rentrer à Bastia.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'excursion requiert des compétences et une condition physique adaptées à la pratique sportive.

CONTACT :

*Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse*

Chambre de commerce et d'industrie territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

LE CAP CORSE

VU DE LA MER

Demi-journée

CORSE

ACTIVITÉ EN
EXTÉRIEUR
SPORT
NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une demi-journée
- Domaines concernés : éco-culture, sport, nature
- Port d'escale : Bastia
 - > Heure de débarquement : 08h30
 - > Heure d'embarquement : 12h00
- 6-12 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. 3 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Miomo
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5 km, 10 min
- Moment de rafraîchissement : Erbalunga
 - DURÉE : 15 min
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5 km, 60 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

10 km, 20 min

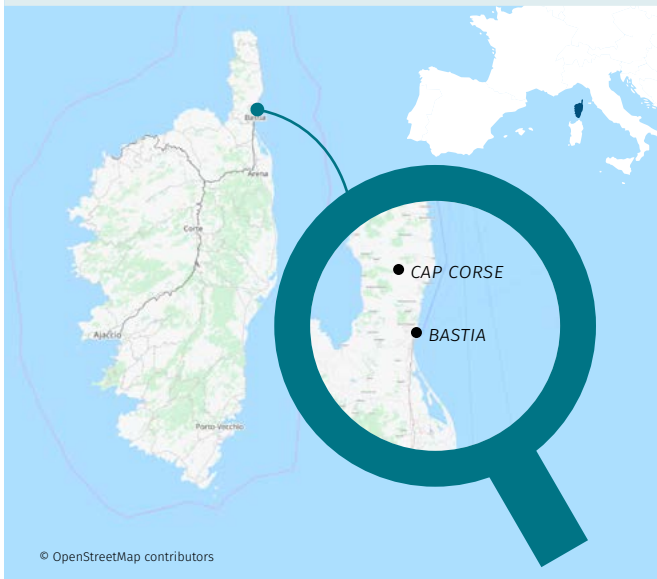
- 🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

- 2^e site : Miomo

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

10 km, 20 min

- 🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

Le point de départ sera la plage de Miomo, un petit village situé à 5 kilomètres au nord de Bastia, où commence le Cap Corse (« le doigt ») et son littoral caractérisé par ses « tours génoises ». On passera le long de Lavasina pour rejoindre le village d'Erbalunga, situé à 10 km de Bastia (Aller-retour Miomo/Erbalunga 1h30).



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Le Cap Corse est l'un des plus beaux littoraux de Corse, aux eaux cristallines et aux rochers majestueux, caractérisé par ses tours génoises, héritage d'un passé séculaire fait de nombreuses invasions venues de la mer.

Transporté en navette jusqu'à la plage de Miomo, le croiseur partira pour un trajet d'une heure et demie vers le village de pêcheurs d'Erbalunga, construit sur le rocher (aller-retour). Un « spuntinu » (petite dégustation) de produits locaux sera proposé aux participants pendant l'excursion.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'excursion en canoë requiert une bonne condition physique.

CONTACT :

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

Chambre de commerce et d'industrie
territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr



AU CŒUR DE LA MAREMME UN VOYAGE À TRAVERS LA NATURE ET LES TRADITIONS GASTRONOMIQUES ET ŒNOLOGIQUES

Journée entière

TOSCANE

NATURE

LOISIRS

ŒNOGASTRONOMIE
LOCALE



© Carlo Bonazza

TYPE D'EXCURSION

→ **Escale d'une journée**

→ **Domaines concernés :** Éco-culture, éco-enogastronomie

→ **Port d'escale :** Porto S. Stefano

> **Heure de débarquement :** 09h00

> **Heure d'embarquement :** 16h30

(retour impératif au port pour 16h00-16h30 au plus tard)

→ **16-20 PERSONNES**

Moyens de transport utilisés : bus, voiture à cheval.

TYPE DE PUBLIC

→ **Groupe d'âge :** JEUNES | ADULTES | SENIORS

→ **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

→ Env. **7 heures 30**

LOCALISATION

→ **1^{er} site :** Parco Regionale della Maremma.

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 35,3 km, 37 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ **Moment de rafraîchissement :**

Antica Fattoria La Parrina.

DURÉE : 1h de cours de cuisine + 1h de déjeuner

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 28 km, 25 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 20 km, 28 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

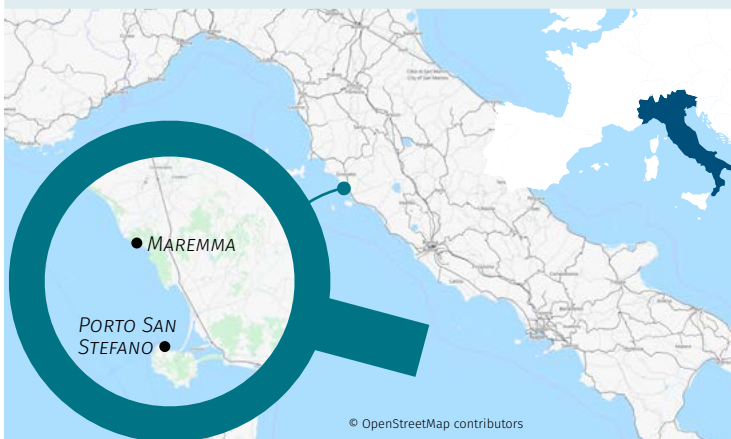
→ **2^e site :** Antica Fattoria La Parrina

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 28 km, 25 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 20 km, 28 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule au cœur de la Maremma de Grosseto, une région parmi les rares en Italie qui reste encore sauvage et non contaminée, où les environnements naturels s'entremêlent avec les activités et la présence de l'homme depuis des temps très anciens, dans un équilibre dynamique attentif à la conservation de sa grande biodiversité et au maintien des plus anciennes traditions culturelles.



Des paysages uniques du parc de la Maremme à l'Antica Fattoria La Parrina, l'une des exploitations agricoles les plus anciennes et les plus fascinantes de la région, les visiteurs pourront faire connaissance avec le cœur le plus authentique de la région, dans un voyage à travers la nature, les traditions et l'excellence à découvrir.

DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Les visiteurs seront accueillis au débarquement et transférés au centre d'accueil du parc régional de la Maremme, d'où commencera une fascinante promenade en calèche au milieu des paysages variés d'une nature intacte et des vestiges d'anciennes fortifications érigées pour protéger le littoral au Moyen Âge. L'allure veloutée des chevaux de trait lourds permettra aux visiteurs de profiter de la beauté naturelle en toute tranquillité et d'observer de près, sans les effrayer, les animaux sauvages et les troupeaux de chevaux et de vaches de la Maremme qui vivent encore à l'état sauvage.

Ensuite, direction l'**Antica Fattoria La Parrina** où les visiteurs, sous l'œil attentif du chef, auront l'occasion de connaître et d'apprendre à cuisiner des recettes traditionnelles de la Maremme. À la fin du **cours de cuisine**, les visiteurs pourront prendre le temps d'un moment de rafraîchissement, où ils pourront **déguster** des plats préparés avec des ingrédients produits à la ferme et accompagnés de **vins rouges et blancs Parrina D.O.C.**

La séance d'immersion complète se termine par une visite des vignobles et de la cave, et un moment de détente à l'ombre des grands platanes ou dans la boutique de la cave avant le retour au port.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'ensemble de l'excursion sera dirigé par un personnel local multilingue qualifié, titulaire du titre professionnel de guide environnemental et touristique.

CONTACT :



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



Camera di Commercio
Genova

KAYAKING ET SNORKELLING

À PORTOFINO

Journée entière

LIGURIE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR
SPORT
NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Éco-culture
- Port d'escale : Santa Margherita Ligure (mais aussi Gênes)
 - > Heure de débarquement : 08h30
 - > Heure d'embarquement : 16h30
- MAX. 15 PERSONNES

Moyens de transport utilisés... (par centralabs)

TYPE DE PUBLIC

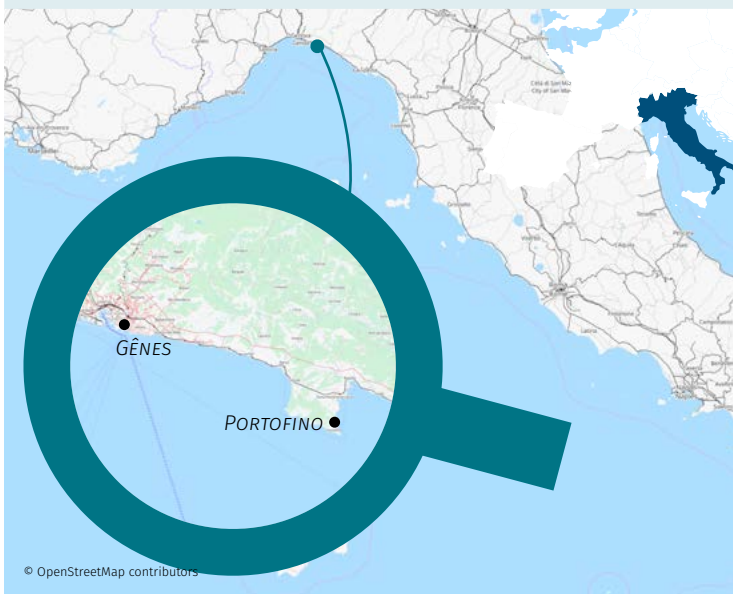
- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES | SENIORS
- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

- Env. 7 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Portofino
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 3,6 km, 10 min.
 - ACCESSIBILITÉ : Facile
 - Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité
- Moment de rafraîchissement : Localisation Abbaye de San Fruttuoso di Camogli (1h)
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 5,6 km, 1h10
 - ACCESSIBILITÉ : Moyen



ZONE D'EXCURSION

La commune est située dans la partie occidentale du golfe du Tigullio, dans une baie au pied du promontoire du même nom, à l'est de Gênes, qui marque effectivement la limite géographique entre le golfe du Paradis et le Tigullio.

L'ensemble du territoire communal est inclus dans le parc naturel régional de Portofino et dans l'aire marine protégée de Portofino.

La commune et ses environs constituent une importante destination touristique, notamment pour les étrangers, qui soulignent que l'endroit est l'un des plus agréables parmi les ports de la Méditerranée.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Pagaie immergée dans la nature du parc de Portofino. Excursion en Kayak de mer accompagnée par un guide de canoë (certifié BC et Fick) dans laquelle vous atteignez les endroits les plus évocateurs de l'aire marine protégée de Portofino. Pour cette activité, un équipement de kayak de mer spécifique et de haute qualité est utilisé. À bord du kayak, vous découvrirez des lieux enchanteurs riches en histoire et en charme, tels que Portofino, Cala degli Inglesi, San Fruttuoso, Punta Chiappa, Porto Pidocchio (l'itinéraire est susceptible d'être modifié en fonction du niveau des participants). Le paysage sauvage du parc de Portofino est riche en flore et en faune et permet d'observer des dauphins, différents types d'oiseaux, dont des cormorans et des hérons cendrés, et de nombreuses autres espèces. Un arrêt agréable pour le déjeuner, à base de focaccia typique de la Ligurie, vous permet de visiter d'autres points d'intérêt, comme l'intérieur de l'abbaye de San Fruttuoso et, plus à l'ouest, la pêche au thon et le village de pêcheurs de Camogli. À l'heure du déjeuner, une pause à l'abbaye de San Fruttuoso est le meilleur moyen de se plonger dans une oasis de paix ! La dégustation de produits locaux typiques accompagnée d'un délicieux vin naturel « Triple A » strictement local, satisfera pleinement vos sens. Il sera également possible de découvrir les merveilles des fonds marins de la zone marine protégée de Portofino, une plongée avec masque et tuba le long de la côte sauvage offre des paysages à couper le souffle. Votre guide sera en mesure de vous suggérer les endroits les plus intéressants et les plus riches en espèces.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

L'itinéraire du Kajak peut varier en fonction des conditions de mer et du niveau de préparation des participants...

CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it



Camera di Commercio
Genova

DÉCOUVREZ LES SENTIERS PERCHÉS

DES MONTAGNES LIGURES

Journée entière

LIGURIE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR

CULTURE
LOCALE

NATURE

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée entière
- Domaines concernés : Éco-culture
(retour obligatoire au port à 16h00-16h30 maximum)
- Port d'escale : Gênes
- 21-25 PERSONNES

Moyens de transport utilisés :
transfert organisé pour un maximum
de 20 personnes

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge : **JEUNES** | **ADULTES** | **SENIORS**
- Cibles : **SINGLE** | **COUPLES** | **FAMILLES** | **PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE**

DURÉE

- Env. 7 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : San Salvatore di Cogorno - Basilica dei Fieschi. 5 km, 15 min
ACCESSIBILITÉ : Facile
 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité
- Moment de rafraîchissement :
Barbagelata
Départ de Barbagelata par le vers le Monte Caucaso (1H30).
Pause déjeuner au « Rifugio del Caucaso », situé sur la crête à une altitude d'environ 1200 m, d'où l'on peut admirer un large panorama de la vallée de Fontanabuona et du golfe de Tigullio. Le refuge fait partie du « réseau écologique »

Natura 2000 et, grâce à la beauté naturelle et géomorphologique de la zone, il est intégré dans l'un des Sites d'Importance de Communauté.

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 35 km, 55 min

ACCESSIBILITÉ : Facile - Moyenne

- 3^e site : Lorsica – Musée de Damasks

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION :

20 km, 35 min de Barbagelata

ACCESSIBILITÉ : Facile

Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

- 4^e site : Chiavari (différentes options possibles pour dîner)

DISTANCE DU 3^E SITE DE

L'EXCURSION : 25 km, 40 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



© OpenStreetMap contributors



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Cette excursion d'une journée vous permet de connaître les caractéristiques du paysage ligure, qui offre la possibilité de passer en peu de temps de stations balnéaires aux zones de montagne de grande valeur.

L'itinéraire proposé vous permet de :

- D'apprécier les paysages et les excellences naturelles de la région du Chiavarese et de son arrière-pays
- Connaître les produits alimentaires typiques du territoire
- Découvrir une portion de la route « Alta Via dei Monti »

L'excursion est organisée avec un transfert qui facilite les connexions entre les différentes étapes proposées et qui peut démarrer soit de Gênes, soit directement de Chiavari, selon le type d'utilisateur.

Il y a plusieurs points de débarquement, selon le type d'utilisateur.

Pour les croisiéristes : Port d'escale Gênes ou Savone.



CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

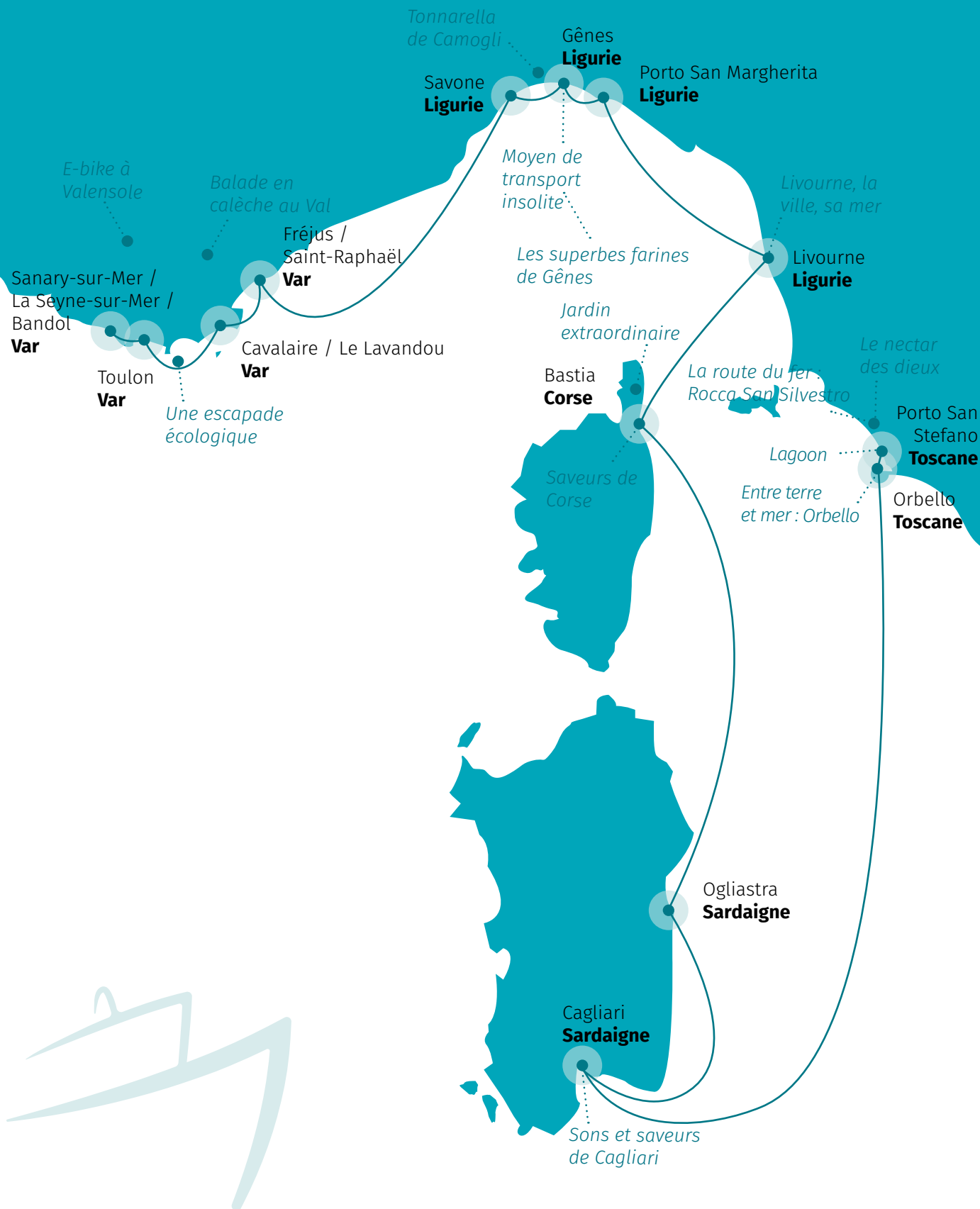
www.clpge.it

ITINÉRAIRE 2



UN VOYAGE INITIATIQUE EN HARMONIE AVEC NOS 5 SENS

Cet itinéraire de croisière est un véritable mélange de ports de charme et de ports urbains.



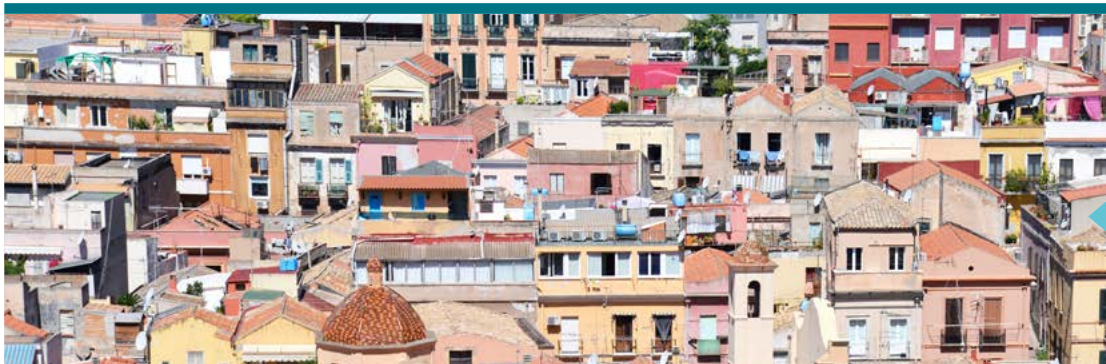


SONS ET SAVEURS DE CAGLIARI

VILLE DE CAGLIARI

Demi journée

Visite de la ville de Cagliari pour découvrir les saveurs et les sons authentiques d'un lieu unique au centre de la Méditerranée. À l'intérieur de l'un des plus grands marchés civiques d'Europe, redécouvrez des saveurs et des aliments authentiques, en compagnie d'un chef qui les cuisinera ensuite avec les invités. Après-midi à la découverte de la magie des launeddas, un ancien instrument sarde et de son son typique, qui se transmet traditionnellement d'une génération à l'autre uniquement oralement.



SARDAIGNE

CULTURE LOCALE
 ŒNOGASTRONOMIE LOCALE
 MODE DE TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

- **Excursion d'une journée**
- **Domaines concernés :** Culture, Nourriture & Vin
- **Port d'escale :** Cagliari
 - > **Heure de débarquement :** 09h00
 - > **Heure d'embarquement :** 15h00
- **MAX 15 PERSONNES**

TYPE DE PUBLIC

- **Groupe d'âge :** JEUNES | ADULTES
- **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

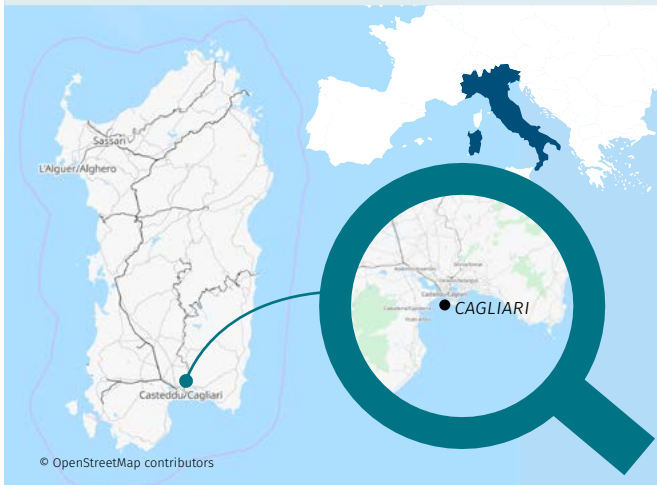
- Env. **5 heures**

LOCALISATION

- **1^{er} site : 9H30 :** Tour panoramique de la ville Marché de San Benedetto - Cagliari 10h30
 - Visite de l'intérieur du marché parmi les étals avec les vendeurs.
 - Disponibilité à proximité d'un lieu où vous pourrez suivre un cours de cuisine typique de la Sardaigne.
 - Possibilité d'acheter des produits typiques sur le marché.
- 🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ Moment de rafraîchissement :

- 12H00 :** Comptoir de la Salsamentaria ou du fromage « I Cherchi » au marché
- **2^e Site : 13H :** Cittadella dei Musei Sala Isre. Introduction par le musicologue et l'artisan sur l'importance des launeddas dans la culture musicale sarde, leurs caractéristiques, leur utilisation dans le panorama musical. Observation des méthodes artisanales de construction de l'instrument. Concert final commenté et décrit par l'ethnomusicologue.



ZONE D'EXCURSION

La ville de Cagliari est la capitale de la région de Sardaigne. Dominée d'abord par les Phéniciens et les Carthaginois, puis par les Romains et plus tard par les Vandales et les Byzantins, elle est passée au Moyen Âge sous le contrôle des Pisans, puis des Aragonais, avant de passer sous la tutelle de la Savoie. Ville portuaire et frontalière, ses différentes dominations au cours des siècles en ont fait une ville aux multiples facettes, riche en trésors : interpréter cette complexité à travers la nourriture et la musique est une façon unique et innovante de connaître la capitale sarde, en captant son âme véritable et authentique.



Le marché de San Benedetto est l'un des plus grands marchés civiques d'Europe, avec une zone spécifique dédiée au poisson qui est constamment approvisionnée par les pêcheurs locaux : sa visite est une expérience unique et un voyage dans les mers les plus profondes de la Méditerranée.

L'excursion sera complétée par la connaissance d'un patrimoine de la tradition musicale sarde, l'instrument launeddas : il sera possible d'assister à la fabrication originale de ces instruments et à un petit concert privé.

DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Après un tour panoramique de la ville, accompagné par un chef professionnel, vous vous promènerez parmi les étals du marché San Benedetto, à la découverte des produits typiques tels que les fromages, les charcuteries, les vins, le pain typique, le poisson, la viande, les fruits et légumes, les sucreries et bien d'autres encore qui caractérisent la région de Cagliari. Avec le chef cuisinier, des produits spéciaux seront choisis et ensuite transformés en plats avec les invités.

Au marché, il y aura également une dégustation de fromage, qui permettra de faire un tour virtuel de l'île à travers le produit sarde le plus important.

Après la dégustation, le groupe se rendra à la Citadelle du Musée où, à l'intérieur du musée ethnographique, un professeur expert offrira aux personnes présentes les secrets des launeddas, un instrument à vent typique du sud de la Sardaigne et l'un des plus anciens de la Méditerranée : sous la direction compétente d'un ethnomusicologue, ils se mettront au diapason de l'instrument, en apprenant à connaître ses caractéristiques, son utilisation, ses sons et mélodies, pour finalement assister à un concert privé.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Pour assurer le récit complet du thème de l'excursion et la compréhension totale du parcours « espace-temps », un guide qualifié (archéologue) se joindra au groupe pour l'accompagner tout au long de la journée.

CONTACT :

Dott.ssa Giuseppina Scorrano

Responsabile Settore Promozione Turismo

Centro Servizi Promozionali per le Imprese
Azienda Speciale della Camera di Commercio di Cagliari

Largo Carlo Felice 66 - 09126 Cagliari

Tel. +39 070 60512330

Email: turismo@csimprese.it

Web: www.csimprese.it





By



UNE ESCAPADE ÉCOLOGIQUE ET DE BIEN-ÊTRE SUR L'ÎLE DE PORQUEROLLES

AU DÉPART DE CAVALAIRE, LE LAVANDOU, TOULON/LA SEYNE-SUR-MER

Journée entière

VAR PROVENCE

LOISIRS
—
NATURE
—
BIEN-ÊTRE
—
CULTURE



TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Loisirs, nature, bien-être, culture
- **VIP TOUR** | MOYENS GROUPES | GRAND GROUPE

TYPE DE PUBLIC

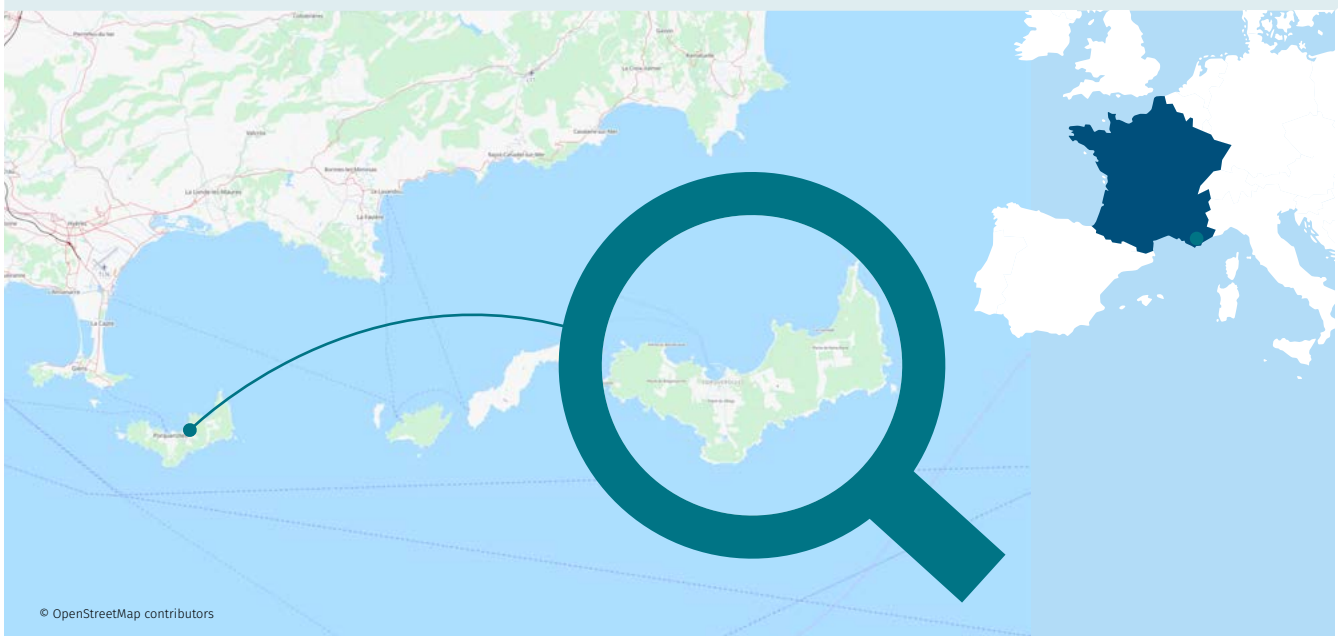
- Tout âges

DURÉE

- Env. 6 heures

LOCALISATION

- Porquerolles
- **Port d'escale** : Le Lavandou, Toulon/La Seyne-sur-Mer, Cavalaire



© OpenStreetMap contributors



DÉCOUVREZ LES MERVEILLES NATURELLES DE L'ÎLE DE PORQUEROLLES

Charlotte, votre guide passionnée de nature, vous attendra à la Tour Fondue, à Hyères, pour faire la traversée en bateau jusqu'à Porquerolles. À travers les sentiers au cœur du maquis, vous découvrirez les paysages authentiques façonnés par des siècles d'histoire avec ses forts, son moulin, son phare. Vous aurez l'occasion de visiter le fort Sainte Agathe lors d'une visite privative qui vous permettra de découvrir ses expositions temporaires et de profiter d'une vue panoramique depuis sa terrasse. Tout au long de cette balade, vous découvrirez de nombreuses espèces d'arbres sur un espace protégé au cœur d'une des îles les plus belles de France métropolitaine.

OFFREZ-VOUS UN INSTANT BIEN-ÊTRE

Au cours de la journée, vous ferez un arrêt sur la plage pour une séance de réflexologie plantaire¹ ou de Qi Gong² pour vous relaxer, relâcher vos tensions, activer vos ressources positives, prendre conscience de votre respiration et de votre corps en mouvement, vous connecter à la nature qui vous entoure et vivre pleinement le moment présent.

UNE EXPÉRIENCE D'ART ET DE NATURE

Porquerolles offre également la possibilité de visiter l'un des lieux les plus uniques d'Europe : La Villa Carmignac, un musée d'art contemporain/pop entouré d'un parc abritant des sculptures géantes et niché dans une forêt de pins. La Villa Carmignac est plus qu'un musée : c'est une expérience.

En entrant dans la galerie, les visiteurs sont accueillis avec une tisane avant de se lancer dans une visite pieds nus où seules 50 personnes à la fois ont le privilège de découvrir près de 250 œuvres d'art, dont des pièces majeures d'Andy Warhol, Jean-Michel Basquiat, Roy Lichtenstein et Gerhard Richter ainsi que de nombreux jeunes artistes talentueux.



INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

- Visite avec guide bénéficiant de la marque « **Esprit Parc** », marque des Parcs Nationaux Français.
- Petite collation prévue pendant le parcours.
- Le déjeuner au restaurant inclut un plat et un dessert (hors boissons).

CONTACT :



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr

By





By



BALADE EN CALÈCHE À TRAVERS LA VIGNE ET EN FORÊT POUR LES ÉPICURIENS AMOUREUX DE NATURE

DE TOULON, LA SEYNE-SUR-MER, SANARY, BANDOL

Demi-journée



VAR PROVENCE

LOISIRS
—
NATURE
—
VIN

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une demi-journée
- Loisirs, nature, vin
- **VIP TOUR** | MOYENS GROUPES | GRANDS GROUPES

TYPE DE PUBLIC

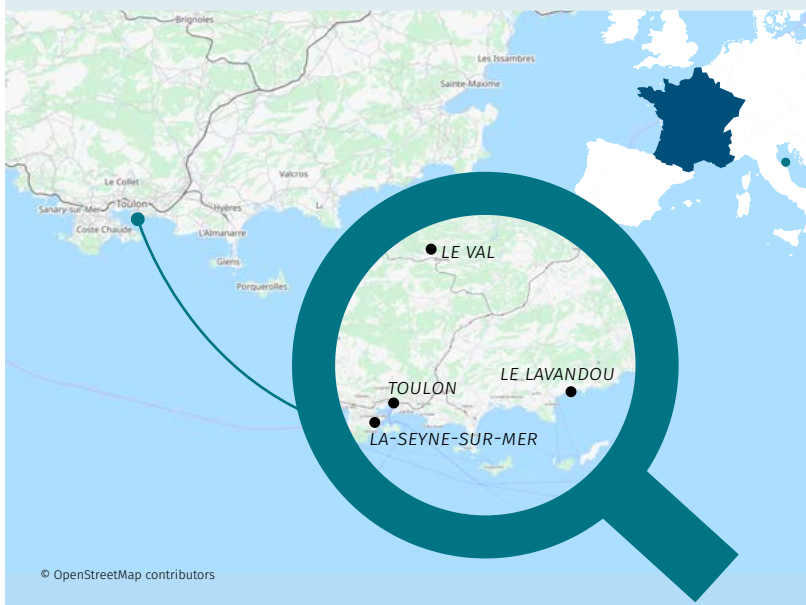
- Tout âge, familles

DURÉE

- Env. 3 heures

LOCALISATION

- **Le Val** : Château de Fontainebleau en Provence
- **Ports d'escale les plus proches** : Toulon, La Seyne-sur-Mer, Sanary-sur-Mer, Bandol
- **Durée du trajet** : 1h10



UNE BALADE EN CALÈCHE AU PLUS PRÈS DE LA NATURE

Sept superbes chevaux dont cinq puissants franc-comtois animent une activité ancienne et peu répandue : l'attelage. En amoureux, en famille ou entre amis, montez à bord de la calèche pour une promenade à travers vignes, forêts, restanques, rivières... Un cheminement champêtre autour de magnifiques hameaux provençaux, et au plus proche de la nature.

Disponible en juin (samedi), en juillet (mercredi et samedi) et en août (mercredi et samedi).



DÉGUSTATION ET INITIATION À L'ŒNOLOGIE

Entrez dans les caves bien gardées du Château Fontainebleau, découvrez les méthodes de vinification, le savoir-faire vigneron et initiez-vous aux secrets de l'agriculture biologique et biodynamique. Laissez-vous guider par une équipe de professionnels lors d'une séance de dégustation complète, et appréhendez les secrets et caractères des différentes cuvées du domaine.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

- De **mai à août**, ouvert tous les jours de **10h00 à 19h00**
- La visite de chais, l'initiation à l'œnologie ainsi que la dégustation ont lieu tous les jours **sur réservation**
- **Durée** de la balade en calèche : une demi-heure.
Capacité : 6 personnes

CONTACT :



Var Provence Cruise Club

Julie Bensadoun

04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61

julie.bensadoun@var.cci.fr

By





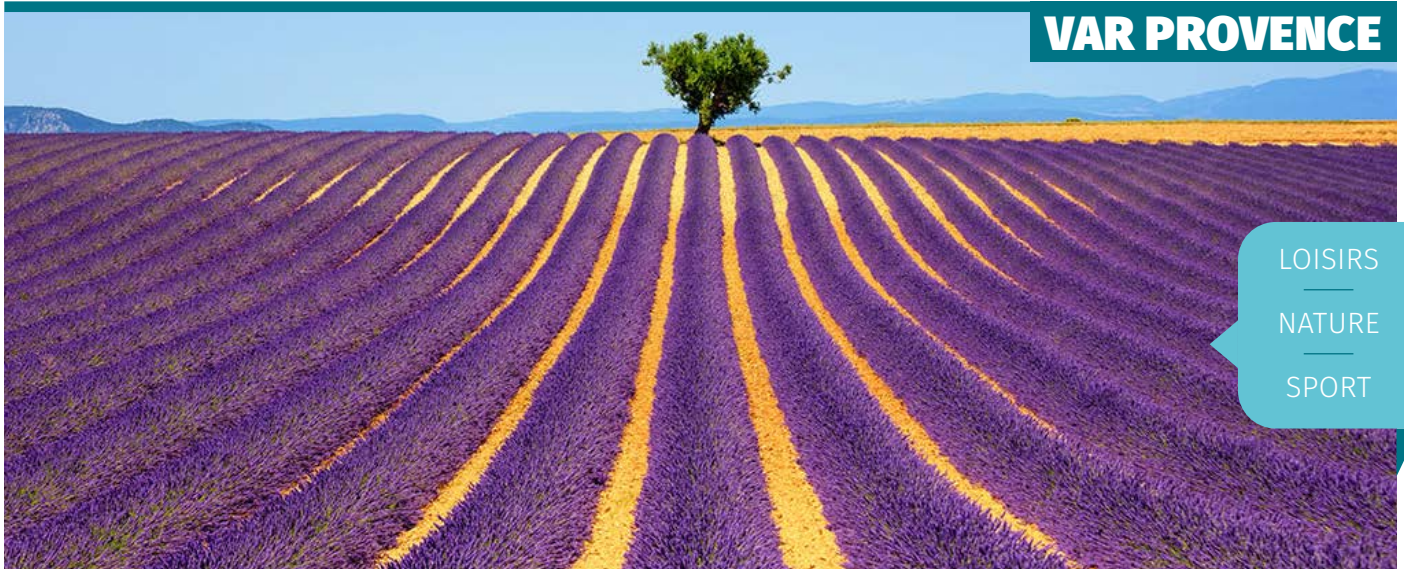
By



UNE PROMENADE INOUBLIABLE EN VÉLO ÉLECTRIQUE DANS LES CHAMPS DE LAVANDE DE VALENSOLE, UN TRÉSOR PROVENÇAL

DE TOULON, LA SEYNE-SUR-MER

Journée entière



VAR PROVENCE

LOISIRS
—
NATURE
—
SPORT

● TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Loisirs, nature, sport
- **VIP TOUR** | **MOYENS GROUPES** |
GRANDS GROUPES

● TYPE DE PUBLIC

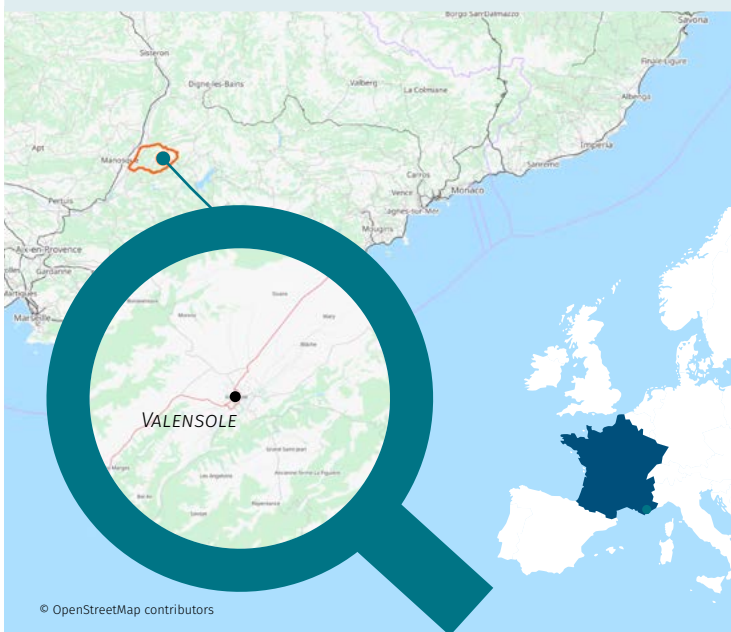
- Tout âge, familles

● DURÉE

- Env. **6 heures**

● LOCALISATION

- **Valensole**
- **Ports d'escale les plus proches :**
Toulon, La Seyne-sur-Mer



ÉVEILLER VOS SENS

Partez à la découverte de l'usine de L'OCCITANE et de son musée à travers une visite guidée au cœur de la Provence. Créée en 1976, L'OCCITANE en Provence développe des soins aux huiles essentielles et des parfums naturels élaborés selon les principes de la phytothérapie et de l'aromathérapie. Offrez-vous une balade sensorielle au cœur d'espèces sauvages et cultivées pour découvrir les plantes aromatiques et médicinales typiquement méditerranéennes, utilisées dans les soins et parfums de L'OCCITANE en Provence.



BALADE EN VÉLO ÉLECTRIQUE DANS LES CHAMPS DE LAVANDE

Cette balade en vélo électrique restera à jamais encreée dans votre mémoire ! Le parfum de la lavande, les tons de bleus et violets à perte de vue, respirer l'air frais de la campagne provençale en pédalant doucement et en savourant cette ambiance champêtre unique ! Cette balade dans la campagne Provençale se fera tout en douceur.

Un joli panier de produits gastronomiques locaux et artisanaux de qualité vous sera proposé à déguster sans modération au milieu des champs de lavande.

Venez découvrir les propriétés naturelles apaisantes de la Lavande, le symbole par excellence de la Provence.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

- Période de floraison **ente mi-juin et mi-juillet**
- L'usine est ouverte **du lundi au vendredi. Ouverture exceptionnelle le dimanche*** en juillet et en août. Visites guidées sur inscription. (*Usine sans activité)
- Prévoir une tenue décontractée pour la balade en Vélo électrique

CONTACT :



Var Provence Cruise Club
Julie Bensadoun
 04 94 22 80 60 - 06 01 19 12 61
 julie.bensadoun@var.cci.fr

By



Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

JARDINS EXTRAORDINAIRES ET PATRIMOINE NATUREL CORSE

Journée entière

Promenez-vous dans le patrimoine naturel de la Corse et de la Méditerranée pour comprendre leur évolution au fil du temps et apprenez à utiliser le meilleur de la nature avec les producteurs d'huiles essentielles et de cosmétiques biologiques.



CORSE

ACTIVITÉS
PLEIN AIR
—
œNOGASTRONOMIE
LOCALE
—
CULTURE

TYPE D'EXCURSION

- **Excursion d'une demi-journée**
- **Domaines concernés :** Éco-culture, nature, produits biologiques
- **Port d'escale :** Bastia
 - > **Heure de débarquement :** 08h30
 - > **Heure d'embarquement :** 16h00
- **MAX. 15 PERSONNES**

TYPE DE PUBLIC

- **Groupe d'âge :** JEUNES | ADULTES | SENIORS
- **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. **7 heures**

LOCALISATION

- **1^{er} site :** Taglio-Isolaccio
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 35 km, 50 min
- **Moment de rafraîchissement :** San Nicolao
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 9 km, 15 min
- ↳ Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Les sites d'excursion sont tous deux situés sur la zone appelée « Costa Orientale », une zone côtière au sud de Bastia.

La « Ferme Bordeo » est située à San Nicolao di Moriani (50 minutes de Bastia) et le Parc Galea est situé à Taglio-Isolaccio (40 minutes de Bastia).

Cette région est traditionnellement une région agricole avec de nombreuses cultures différentes : agrumes, kiwis, vignobles, melons... Ces dernières années, plusieurs plantes ont également été cultivées pour la production d'huiles essentielles en culture biologique.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Nous commençons par la visite du Parc Galea qui explique de manière originale, interactive et ludique, l'histoire de la Corse : ils sont là sur 9 hectares de musées multimédia, de jardins paysagers, d'expositions culturelles et de sentiers sensoriels.

Ensuite, vous prenez la direction de la ferme Ferme Bordeo - Essences Naturelles Corses : après une dégustation de produits du jardin associés à leurs huiles essentielles, il vous est proposé de visiter le jardin botanique et de faire un «atelier» pour fabriquer votre propre produit cosmétique.

Deuxième proposition : Vous pouvez également scinder la journée et proposer 2 demi-journées distinctes avec le Parc Galea en 3h30 (transport inclus) et la Ferme Bordeo - Essences Naturelles en 4h30 (30 minutes de visite, 30 minutes de dégustation et 1 heure d'atelier, 30 minutes libres).

Distance Port de Bastia - St Nicolas (Essences Naturelles Corses) : 50 minutes / 1 heure en bus sur route nationale)

Le croisiériste quitte Essences Naturelles Corses avec le produit qu'il a fabriqué.

CONTACT :

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

Chambre de commerce et d'industrie
territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

SAVONNERIE ARTISANALE, APICULTEUR ET VIGNERON :

UN TOUR DES SENS A PATRIMONIO

Demi-journée



CORSE

PRODUITS
BIOLOGIQUES

GÉO-GASTRONOMIE
LOCALE

SITE NATUREL
REMARQUABLE

TYPE D'EXCURSION

→ Excursion d'une demi-journée

→ Domaines concernés : Nourriture,
Vin, Produits biologiques

→ Port d'escale : Bastia

> Heure de débarquement : 08h30

> Heure d'embarquement : 12h30

→ MAX 15 PERSONNES

Moyens de transport utilisés : Mini-bus

TYPE DE PUBLIC

→ Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES |
SENIORS

→ Cibles : SINGLE | COUPLES |
FAMILLES

DURÉE

→ Env. 4 heures

LOCALISATION

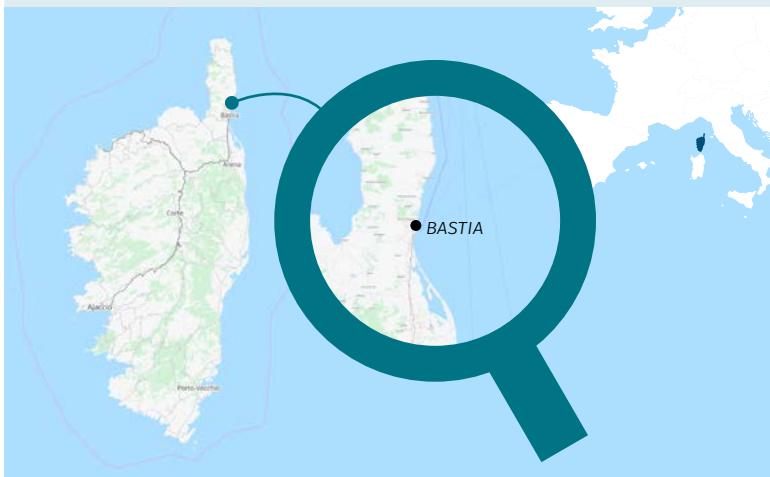
→ Patrimoine

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE
L'EXCURSION : 20 kms, 30 min

→ 1^{er} site : visite de la Savonnerie du
Nebbiu, une savonnerie artisanale,
travaillant les plantes corse.

→ 2^e site : visite de l'atelier et
dégustation de miel chez Pierre
Carli, apiculteur voisin.

→ 3^e site : à quelques centaines de
mètres, le domaine Stéphanie
Olméta vous accueille pour une visite
et dégustation de ses cuvées.



ZONE D'EXCURSION

Au départ de Bastia, direction
le village de Patrimonio à une
vingtaine de kilomètres de là,
dans la région du Nebbiu pour une
excursion en ½ journée.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Moins d'une demi-heure de trajet suffit de Bastia pour arriver au petit village de Patrimonio, réputée pour la qualité de ses vins. C'est là que s'est installée la Savonnerie du Nebbiu, savonnerie artisanale bio, qui utilise notamment les plantes corses (immortelle, myrte...) mais aussi le raisin de Patriminio pour créer des produits bio de grande qualité, saponifiés à froid. Direction ensuite l'atelier de Pierre Carli, l'apiculteur voisin qui au gré des saisons, déplace ses ruches dans le maquis corse pour proposer toute une gamme de miels, du plus doux au plus corsé. Après la visite de l'atelier, une dégustation est proposée pour découvrir la palette des goûts et des saveurs de miels produits.

Enfin, on ne peut pas quitter le village de Patrimonio sans goûter à son vin: son terroir argilo-calcaire fournit des vins servis sur les plus grandes tables. A noter qu'au sein de l'AOP Patrimonio, la grande majorité des domaines sont en production biologique ou en phase de transition. C'est le cas de Stéphanie Olmeta, qui produit son vin bio sur 8 hectares ayant appartenu à sa grand-père. Ses vignes sont travaillées de manière traditionnelle et les vendanges sont faites à la main. Dans sa jolie boutique, Stéphanie Olmeta vous fera goûter ses différentes cuvées.

CONTACT :

Chambre de Commerce
et d'Industrie
de Corse

Chambre de commerce et d'industrie
territoriale de Haute-Corse

Anne-Marie Spinosi

Tel : 04.95.55.25.11

Fax : 04.95.55.25.01

www.bastia.port.fr



CAMERA DI COMMERCIO
MAREMMA E TIRRENO



LE NECTAR DES DIEUX DES MYSTÈRES DE LA CIVILISATION ÉTRUSQUE À L'ARCHITECTURE DES CAVES DE L'AUTEUR

Journée entière

RÉGION DE TOSCANE



ACTIVITÉS
PLEIN AIR
—
ŒNOGASTRONOMIE
LOCALE
—
MODE DE
TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

→ Excursion d'une journée

→ Domaines concernés : Éco-culturel
et œnogastronomie

→ Port d'escale : Porto S. Stefano
> Heure de débarquement : 09h00
> Heure d'embarquement : 16h30

→ 16 - 20 PERSONNES

Moyens de transport utilisés : bus

TYPE DE PUBLIC

→ Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES
SENIORS

→ Cibles : SINGLE | COUPLES |
FAMILLES | PERSONNES À
MOBILITÉ RÉDUITE

DURÉE

→ Env. 7 heures 30

LOCALISATION

→ 1^{er} site : Vetulonia

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE
L'EXCURSION : 72 km, 1h

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales
avec des produits d'identité

→ Moment de rafraîchissement :

Rocca di Frassinello (30 min)

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE
L'EXCURSION : 14,6 km, 25 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :
72,5 km, 1h min.

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales
avec des produits d'identité

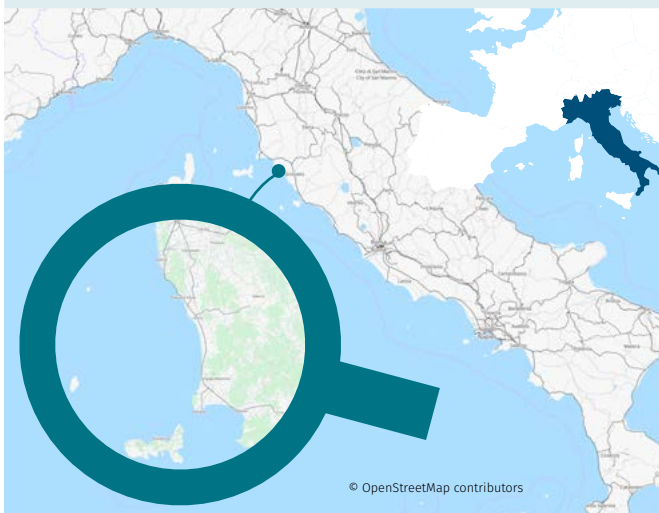
→ Moment de rafraîchissement :

Rocca di Frassinello (30 min)

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :
72,5 km, 1h min.

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales
avec des produits d'identité



© OpenStreetMap contributors

ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule sur les premières pentes des collines métallifères de Grosseto, entre l'ancienne ville étrusque de Vetulonia et la cave moderne de Rocca di Frassinello, conçue par Renzo Piano. Dans un cadre naturel caractérisé par des collines méditerranéennes vallonnées, des oliveraies et des vignobles, le visiteur aura l'occasion de vivre un voyage « le long de 3000 ans » en suivant le fil rouge tracé par le nectar des Dieux.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Au départ de Porto Santo Stefano, vous rejoignez Vetulonia, un petit village médiéval niché au cœur de la Maremme. Pendant des siècles, Vetulonia a été une ville célèbre de la Dodécapole étrusque, une puissance économique, politique et artistique dont les traces ont été complètement perdues au cours de l'histoire.

Ce n'est qu'en 1880 que les trouvailles mises au jour à la suite des campagnes de recherche menées par Isidoro Falchi « un médecin au service de l'archéologie » ont prouvé sans l'ombre d'un doute que l'ancienne et mystérieuse cité avait été redécouverte. Les visiteurs peuvent donc découvrir la «cité perdue» en visitant le musée étrusque, dont les collections sont soigneusement conservées. En plus de la visite traditionnelle du musée, il est également possible de vivre l'expérience unique de l'atelier multisensoriel « Appuntamento al Buio » (rendez-vous dans l'obscurité) : les yeux bandés, le visiteur peut être le protagoniste d'un moment de connaissance tout à fait intime et personnel, au cours duquel il entrera en contact avec certaines des pièces exposées, en découvrant leurs caractéristiques à travers des sens jusqu'alors inexplorés comme le toucher, le goût et l'odorat, stimulés grâce aux parfums et aux essences communes au monde antique.

De là, en suivant ce fil conducteur, nous nous rendrons au domaine viticole voisin de Rocca di Frassinello où, après un déjeuner léger, les visiteurs pourront visiter ce que le magazine AD Architectural Digest a désigné comme l'un des 14 plus beaux domaines viticoles du monde. À la fin de l'excursion, le visiteur peut compléter l'expérience en dégustant du vin «all'etrusca» dans les salles évocatrices consacrées à l'exposition « Gli Etruschi e il Vino a Rocca di Frassinello ».

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Afin de garantir une narration complète du thème de l'excursion et une bonne compréhension du parcours « espace-temps », un guide qualifié (archéologue) se joindra au groupe et l'accompagnera tout au long de la journée.

CONTACT :



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



ENTRE TERRE ET MER : LA LAGUNE D'ORBETELLO

Journée entière

RÉGION DE TOSCANE



ACTIVITÉS
PLEIN AIR
SITE NATUREL
REMARQUABLE
MODE DE
TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Éco-culturel et œnogastronomie
- Port d'escale : Porto S.Stefano
 - > Heure de débarquement : 10h00
 - > Heure d'embarquement : 16h30
- 21 - 25 PERSONNES

Moyens de transport utilisés : bus, bateau

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES | SENIORS
- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. 6 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Laguna di Orbetello et Peschiera di Santa Liberata

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

11,1 km, 20 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

- 2^e site : Fortezza Spagnola, Porto Santo Stefano

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

11,1 km, 20 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule dans la zone d'Orbetello, à quelques kilomètres du port de Porto Santo Stefano. Cette splendide zone est en grande partie recouverte d'un maquis méditerranéen odorant, dominé par le 635 mètres du Mont Argentario. Trois minces langues de sable, qui entourent la réserve ornithologique de l'oasis WWF Laguna di Orbetello, relient le promontoire de l'Argentario à la côte et offrent aux visiteurs un cadre enchanteur. Ici, les visiteurs peuvent s'approcher de l'écosystème délicat de la lagune, accompagner les hommes qui y travaillent depuis toujours, goûter les excellences du territoire et comprendre la manière dont la terre et la mer s'interfèrent et se façonnent mutuellement depuis des siècles.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Après un transfert rapide du port de Santo Stefano, la journée commence par une sortie en bateau sur la lagune d'Orbetello en compagnie des pêcheurs, gardiens de la lagune et héritiers d'une longue tradition dans l'art de la pêche et du traitement du poisson. En leur compagnie, les visiteurs découvriront la faune et les paysages de la zone protégée et les secrets anciens de leur métier, transmis de génération en génération. Cette visite sera suivie de celle de la Peschiera di Santa Liberata, le plus grand et le plus complexe des viviers de la lagune, où les visiteurs pourront mieux comprendre le délicat équilibre naturel de la zone et le rôle complexe des pêcheurs en tant que gardiens.

Pour compléter cette expérience, une pause rafraîchissante aura lieu au centre de dégustation de la coopérative des pêcheurs d'Orbetello, où les visiteurs pourront goûter et acheter les meilleurs produits de la lagune, dont la qualité et la durabilité sont certifiées par le label Slow Food.

Ensuite, de retour sur le promontoire de l'Argentario, vous emprunterez la pittoresque Via Panoramica en bus et terminerez la journée par une visite de la forteresse espagnole et de ses expositions permanentes «Memorie Sommerse» et « Maestri d'Ascia », couronnant une riche expérience consacrée au rapport entre l'homme et la mer.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Toute l'excursion sera accompagnée par les opérateurs de la Cooperativa Pescatori di Orbetello et par du personnel qualifié multilingue avec le titre professionnel de guide touristique et environnemental.

CONTACT :



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



CAMERA DI COMMERCIO
MAREMMA E TIRRENO



LIVOURNE, LA VILLE, SA MER

Journée entière

RÉGION DE TOSCANE

LOISIRS
—
CULTURE
—
GASTRONOMIE



TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Éco-culturel et œnogastronomie
- Port d'escale : Livorno
 - > Heure de débarquement : 9h30
 - > Heure d'embarquement : 16h00
- Moyens de transport utilisés : parcours à pied, bateau
- MAX 25 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES | SENIORS
- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

- Env. 6 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Mercato delle Vettovaglie - durée : 1h30

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 750 m, 5 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

1,2 km, 8 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ 2^e site : Museo della Città

DISTANCE DU LIEU DE

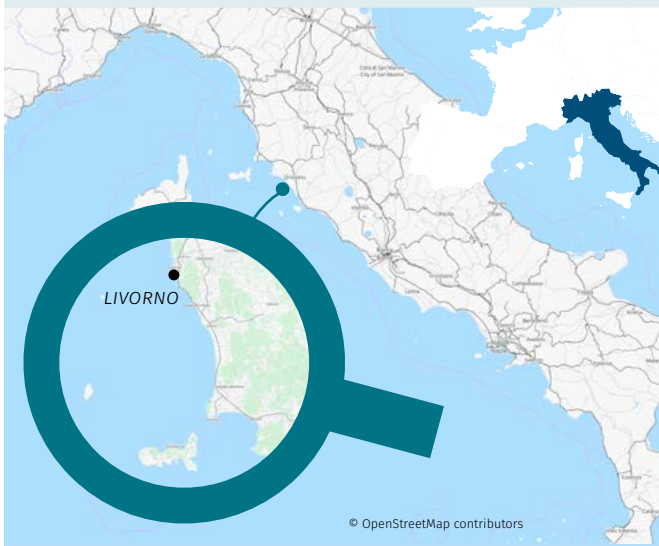
RAFRAÎCHISSEMENT : 900 m, 11 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

400 m, 5 min

ACCESSIBILITÉ : Facile

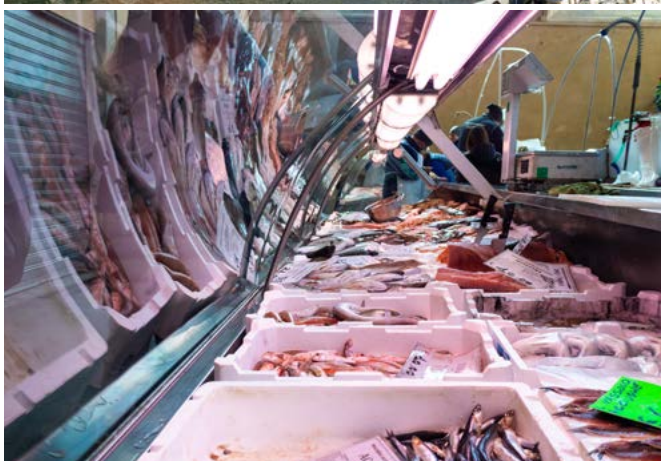
🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

Livourne, qui est devenue une ville en 1606 par la volonté de la famille Médicis, a toujours été une oasis d'accueil pour tous les persécutés religieux, politiques ou raciaux qui l'ont enrichie de l'entreprise et des coutumes des cultures les plus diverses. Une ville inextricablement liée à la mer, qui fait partie intégrante de sa vie, avec une belle promenade entre jardins, plantes odorantes et kiosques, les élégants établissements de bains, le port et ses activités.

Le patrimoine artistique de ses églises des XVII^e et XVIII^e siècles, son architecture Art nouveau et les élégantes villas où séjournèrent des personnalités de renommée internationale font de la ville livournoise, berceau d'Amedeo Modigliani, Pietro Mascagni, Giovanni Fattori et Francesco Domenico Guerrazzi, un centre à découvrir.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

La journée commence à 10h00 avec le **Tour des Fossés** en bateau, une excursion touristique-culturelle fascinante qui permet de découvrir la ville de Livourne depuis les canaux de la Renaissance. Le parcours traverse la vieille ville, retraçant les anciens lieux de travail portuaire et maritime et amenant le visiteur à découvrir l'identité la plus intime de cette ville de la mer.

Une découverte qui se poursuit une fois descendu du bateau, avec la visite d'une des anciennes caves de pêcheurs qui s'ouvrent au bord de l'eau le long des canaux. De là, nous continuerons par une promenade le long de la Via della Madonna, une rue qui, avec la présence de pas moins de trois églises nationales, constitue un unicum européen historico-religieux, symbole du cosmopolitisme qui a caractérisé la ville de Livourne pendant plus de trois siècles.

Vous rejoindrez ensuite le magnifique marché couvert, un cadre évocateur et coloré pour découvrir et déguster les produits typiques de la gastronomie livournaise.

Après une pause déjeuner libre, au cours de laquelle les visiteurs peuvent choisir entre un repas informel à l'intérieur du marché ou une expérience gastronomique plus traditionnelle dans l'un des restaurants caractéristiques de la région, la journée se termine par une promenade dans le **quartier historique de Venezia** et une visite du **Museo della Città** où, à travers des objets, des images, des installations et des supports multimédias, les visiteurs peuvent retracer l'histoire de Livourne, dans un « voyage » évocateur à travers le temps pour retrouver sa mémoire, de l'antiquité la plus lointaine aux chefs-d'œuvre les plus récents de l'art contemporain.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Toute l'excursion sera conduite par un personnel multilingue qualifié ayant le titre professionnel de guide touristique. Au cours de la visite, des lieux inédites à fort impact émotionnel sont visités avec la participation des habitants locaux qui offrent une contribution importante en impliquant directement les participants et en racontant de manière émotionnelle la vie et l'histoire locales.

CONTACT :



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



ROCCA DI SAN SILVERSTRO : LA ROUTE DU FER ENTRE L'ARCHÉOLOGIE ET LA NATURE

Journée entière

RÉGION DE TOSCANE

CULTURE
—
ARCHÉOLOGIE
—
ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR



TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Éco-culturel
- Port d'escale : Livorno
 - > Heure de débarquement : 9h00
 - > Heure d'embarquement : 16h30

Moyens de transport utilisés : bus + parcours à pied

→ MAX 25 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES
- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES

DURÉE

→ Env. 7 heures 30

LOCALISATION

- 1^{er} site : Parco Archeominerario Rocca di San Silverstro
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 70,5 km, 1h
ACCESSIBILITÉ : Moyen

→ Moment de rafraîchissement : Restaurant of Parco Archeominerario Rocca di San Silverstro

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 2 km, 30 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 70,5 km, 1h

ACCESSIBILITÉ : Moyen

Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

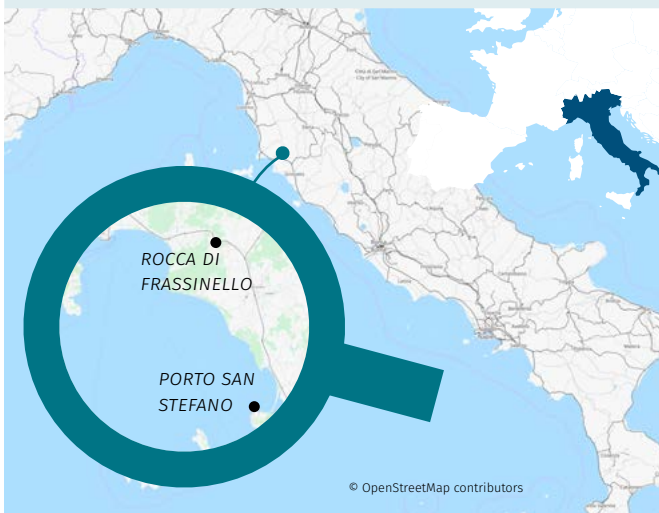
- 2^e site : Temperino Mine, Parco Archeominerario Rocca di San Silverstro
Adjacent au lieu de rafraîchissement

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 75 km, 1h

ACCESSIBILITÉ : Moyen

Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule entièrement sur le territoire du parc archéo-minéral de la Rocca di San Silverstro.

Situé derrière Campiglia Marittima et le promontoire de Piombino, le parc couvre une superficie d'environ 450 hectares. Les sentiers de visite serpentent à travers des musées, des galeries minières, un village médiéval de mineurs et de fondeurs fondé il y a environ mille ans, et des chemins d'intérêt historique, archéologique, géologique et naturaliste, accompagnant le visiteur à découvrir l'évolution des techniques de recherche et d'extraction des minéraux, ainsi que la beauté et la fascination du monde souterrain.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

L'itinéraire part de l'escale de Livourne. Après un transfert en bus d'environ une heure, nous atteignons l'entrée du parc archéo-minéral d'où, avec une marche d'environ une demi-heure, nous arrivons à la **forteresse médiévale de San Silvestro**. La visite du château, qui a été entièrement fouillé et qui est l'un des sites qui ont vu naître l'archéologie médiévale en Italie, sera rendue unique non seulement par le merveilleux paysage du parc et la beauté du site, mais aussi par la possibilité de visiter de près un véritable chantier médiéval, reconstitué grâce à l'archéologie expérimentale, où les intéressés pourront vivre de près les activités et les gestes de la vie quotidienne du haut Moyen Âge, de l'équarrissage des pierres au tir à l'arc, de la cuisson du pain à la préparation du mortier.

Après une courte pause déjeuner au restaurant du parc, l'itinéraire se poursuit par la **visite de la mine Temperino**. La galerie de 360 mètres de long, qui peut être visitée, est l'une des rares où il est encore possible de comparer les techniques minières anciennes et modernes. Équipés de casques, les visiteurs découvriront un large éventail de roches et de minéraux provenant des gisements métallifères de la région de Campigliese et des traces du travail des mineurs, rappelant le dur labeur d'une profession aujourd'hui presque disparue.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

Du débarquement jusqu'au retour au port, les visiteurs seront accompagnés par l'un des archéologues qui ont fouillé le site et mis en place le chantier d'archéologie expérimentale.

CONTACT :



Camera di commercio maremma e tirreno
Servizio Promozione e sviluppo economico

Luca Bilotti
Tel : +39 0564 430212
www.lg.camcom.gov.it



Camera di Commercio
Genova

LA TONNARELLA DE CAMOGLI : UNE EXPÉRIENCE ÉMOTIONNELLE HORS DU TEMPS

Journée entière

LIGURIE

ACTIVITÉ EN
PLEIN AIR

CULTURE
LOCALE

NATURE

TYPE D'EXCURSION

→ Excursion d'une journée

→ Domaines concernés : Éco-culture

→ Port d'escale : S. Margherita Ligure

> Heure de débarquement : 08h30

> Heure d'embarquement : 16h30

→ 16-20 PERSONNES

Moyen de transport utilisé : bus de S. Margherita Ligure à Camogli et ensuite embarquement sur des dériveurs ou des goiters

TYPE DE PUBLIC

→ Groupe d'âge : **JEUNES** | **ADULTES** | **SENIORS**

→ Cibles : **SINGLE** | **COUPLES** | **FAMILLES** | **PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE**

LOCALISATION

→ 1^{er} site: Camogli avec embarquement pour Punta Chiappa (Porto Pidocchio)

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 8,9 km, 19 min

ACCESSIBILITÉ : Moyen

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ **Moment de rafraîchissement :** Porto Pidocchio (1h)

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 5 km, 20 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE :

13 km, 40 min

ACCESSIBILITÉ : Moyen

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ **APRÈS UN MOMENT DE RAFFRAÎCHISSEMENT, POSSIBILITÉ DE TERMINER L'EXCURSION EN RETOURNANT À CAMOGLI**

→ 2^e site: San Fruttuoso di Camogli

DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE

L'EXCURSION : 2 milles nautiques,

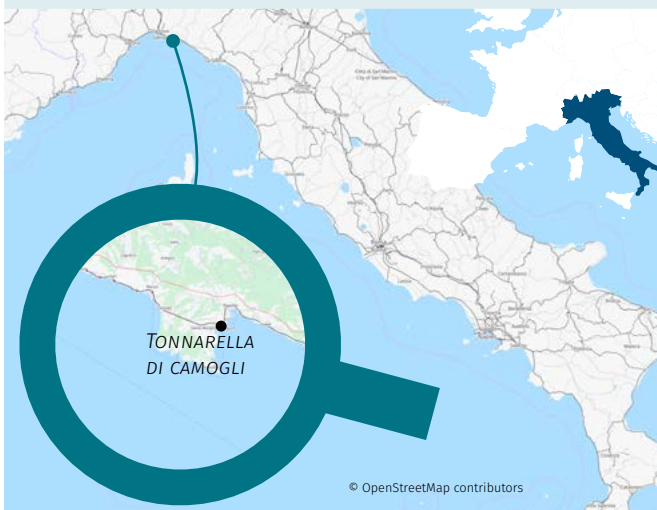
15 min

DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 18 km,

60 min

ACCESSIBILITÉ : Moyen

🏢 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule dans la zone marine protégée de Portofino. Créée en 1999, elle comprend les municipalités de Camogli, Portofino et Santa Margherita Ligure et, avec ses 346 hectares, elle est la plus petite d'Italie. L'objectif ambitieux de la zone marine protégée est de sauvegarder la biodiversité et les ressources biologiques marines tout en favorisant les activités économiques locales lorsqu'elles sont compatibles avec les aspects naturels et paysagers de la zone.



Depuis plusieurs années, elle promeut de nouvelles formes de tourisme et sensibilise les usagers à l'importance de la protection de l'environnement, de la préservation de la nature pour les générations futures et du maintien du bon état de l'environnement sous-marin.

Camogli est un beau village de bord de mer, qui surplombe le golfe du Paradis, sur la Riviera ligurienne de Levante. Un village typique de bord de mer caractérisé par de hautes maisons aux couleurs vives qui captivent le regard. Un lieu immergé dans un cadre naturel magnifique qui, depuis des siècles, enchante les touristes du monde entier à la recherche de détente, de culture, de mer et de bonne nourriture.

Porto Pidocchio est un petit port, qui n'abritait autrefois que des entrepôts de pêcheurs, et qui a été baptisé ainsi en raison de sa taille minuscule par le célèbre réalisateur italien Paolucci lors du tournage du film *Preludio D'Amore* avec le tout jeune Vittorio Gassman.

San Fruttuoso di Camogli : une crique profonde entre Camogli et Portofino, dans la côte dentelée du promontoire de Portofino. Ici se dresse la célèbre abbaye de San Fruttuoso di Capodimonte (qui fait partie de la FAI) dans le village de pêcheurs intact du même nom. Après la première présence monastique, le complexe de San Fruttuoso di Capodimonte a été une humble habitation de pêcheurs, souvent un repaire de pirates, puis la propriété des princes Doria pendant des siècles : un lieu absolument unique, où le travail de l'homme s'est intégré avec bonheur à celui de la nature. Dans sa baie se trouve la célèbre statue du Christ de l'abîme, placée au fond de la mer en 1954. Il n'est accessible par aucune route, mais uniquement par la mer ou en suivant un sentier escarpé qui descend de la montagne de Portofino, qui domine le golfe du Paradis.

DESCRIPTION DE L'EXCURSION

La première étape de l'excursion part de Camogli - un ancien village de pêcheurs - avec la route de Porto Pidocchio et va jusqu'à l'étendue de mer du Golfo Paradiso devant S. Nicolò di Capodimonte. Nous nous amarrons près de l'usine Tonnarella pour apprendre ses secrets et observer le travail des pêcheurs qui, aujourd'hui comme il y a 400 ans, perpétuent cette pêche traditionnelle. Lorsque les pêcheurs commencent à remonter leurs filets, nous reprenons la mer en direction de Porto Pidocchio pour visiter le musée de la pêche de Punta Chiappa. Il est possible d'y observer les engins de pêche et autres matériels appartenant aux pêcheurs de Camogli et d'accéder à de vastes archives historiques. Après un arrêt au musée, ceux qui le souhaitent peuvent retourner à l'usine pour la phase finale de la pêche, lorsque les filets sont fermés. L'expérience se termine par la dégustation d'un plat local typique qui a fait l'histoire de la ferme piscicole de Porto Pidocchio.

Après le déjeuner, visite de la baie enchantée de San Fruttuoso et de son abbaye : un monastère bénédictin datant de l'an mille, devenu au fil du temps un repaire de pirates et un village de pêcheurs.

CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it



Camera di Commercio
Genova

UN MOYEN DE TRANSPORT INSOLITE

POUR PRENDRE LE TEMPS D'ADMIRER LA MAGIE DE
GÊNES

Journée entière

LIGURIE



ACTIVITÉS
PLEIN AIR

GÉNOGASTRONOMIE
LOCALE

MODE DE
TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

- Excursion d'une journée
- Domaines concernés : Éco-Culturel
- Port d'escale : Gênes ou Savone
 - > Heure de débarquement : 08h30
 - > Heure d'embarquement : 16h30
- MAX 15 PERSONNES

TYPE DE PUBLIC

- Groupe d'âge : JEUNES | ADULTES | SENIORS

- Cibles : SINGLE | COUPLES | FAMILLES | PERSONNES À MOBILITÉ RÉDUITE

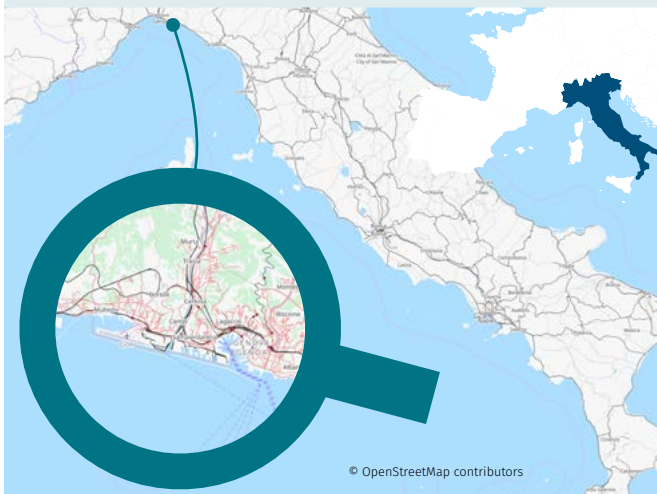
LOCALISATION

- 1^{er} site : Gênes
 - DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 1 km, 3 min
 - ACCESSIBILITÉ : Facile
- Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

- Moment de rafraîchissement :

Boccadasse (1h)
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 4,7 km, 20 min
DISTANCE DU PORT D'ESCALE : 6,8 km, 40 min
ACCESSIBILITÉ : Moyen

- Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité
- 2^e site : Boccadasse et Gênes centre
ACCESSIBILITÉ : Moyen
- Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité



ZONE D'EXCURSION

Gênes, ville unique en raison de son caractère multiculturel, est célèbre pour les trésors cachés que l'on peut découvrir dans les coins les plus inattendus, dont beaucoup sont moins connus. Bien qu'elle conserve l'âme d'une ville médiévale et accueillante, la ville est bien plus grande qu'on ne le croit au premier abord, et il est Facile, autant que fascinant, de risquer de se perdre parmi ses « caruggi » et ses petites places.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

L'excursion comprend la visite du Centro Storico - la vieille ville médiévale labyrinthique, la plus grande d'Europe - avec la découverte de ses Palazzi et de ses ruelles étroites, les « caruggi » qui grimpent à pic sur les collines dominant la mer de Gênes. Une visite à un atelier de production artisanale de pesto situé dans un coin très caractéristique du centre historique est prévue.

Au cours de la visite, les propriétaires expliqueront comment sont fabriqués leurs produits artisanaux (pesto, huile, etc.), en montrant les techniques traditionnelles d'utilisation d'un mortier et celles d'aujourd'hui, et offriront une dégustation aux invités. Ensuite, toujours grâce aux pousse-pousse, nous nous dirigeons vers Boccadasse, un ancien village de pêcheurs qui conserve encore ses caractéristiques de pêche.

En plein dans Boccadasse, il y aura un moment de rafraîchissement au tourisme ichtyque Boccadasse. Ensuite, nous retournerons au centre de Gênes pour continuer notre visite et visiter certains des ateliers historiques les plus intéressants et caractéristiques.

CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it



Camera di Commercio
Genova

LES SUPERBES FARINES :

GÊNES, CARREFOUR DE L'ART BLANC MÉDITERRANÉEN

Demi-journée

LIGURIE

ACTIVITÉ
CULTURELLE

œNOGASTRONOMIE
LOCALE

MODE DE
TRANSPORT DOUX

TYPE D'EXCURSION

- **Demi-journée d'excursion**
- **Domaines concernés :**
Éco-gastronomie
- **Port d'escale :** Gênes ou Savone
 - > **Heure de débarquement :** 09h00
 - > **Heure d'embarquement :** 14h00
- **MAX 15 PERSONNES**

TYPE DE PUBLIC

- **Groupe d'âge :** ADULTES
- **Cibles :** SINGLE | COUPLES | FAMILLES | FOODBLOGGERS


DURÉE

- Env. **4 heures**

LOCALISATION

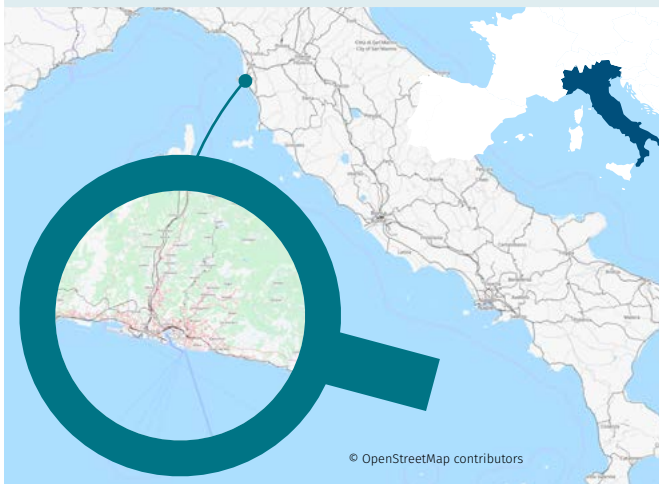
- **1^{er} site :** Centre historique de Gênes
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 10-15 min
ACCESSIBILITÉ : Moyen
-  Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité
- **2^e site :** Mercato Orientale et ses espaces éducatifs, via XX Settembre, Gênes
DISTANCE DU 1^{ER} SITE DE L'EXCURSION : 2 km, 40 minutes à pied si l'escale est à Gênes

ACCESSIBILITÉ : Moyen

 Entreprises/activités commerciales avec des produits d'identité

→ Moment de rafraîchissement :

Cette phase n'est pas nécessaire car elle est déjà incluse dans l'activité centrale proposée par l'excursion. De plus, tant la zone du Marché Oriental que le quartier environnant sont parsemés de commerces alimentaires de toutes sortes (restaurants, trattorias, pizzerias, friteuses, pâtisseries, glaciers...), qui offrent une variété de solutions tant en termes de menu que de gamme de prix.



ZONE D'EXCURSION

L'excursion se déroule dans le célèbre centre historique de Gênes, caractérisé par un patrimoine culturel et architectural et des activités commerciales (anciens marchés couverts, boutiques typiques, rafraîchissements, artisanat...) qui attirent désormais le tourisme du monde entier.



DESCRIPTION DE L'EXCURSION

Une expérience gastronomique et vinicole intense est proposée, visant à faire en sorte que les invités se sentent « génois » le temps d'une journée, en les immergeant dans l'authenticité quotidienne de la vie et du travail dans la ville. Dans les lieux déjà mentionnés au point précédent (toujours accessibles à pied), les touristes pourront se familiariser, dans le cadre d'un atelier gastronomique, avec les ingrédients des principaux produits de boulangerie génois et liguriens (focaccia, farinata, canestrelli, pandolci...) et les déguster, guidés pas à pas par un tableau ad hoc, y compris les accords avec les vins DOC locaux. Le livre de recettes génois et ligure est également lié à des traditions extrarégionales tout aussi vertueuses, de la Provence à la Corse, en passant par la Sardaigne et la Toscane. Au cours de l'événement, l'importance des produits AOP et des matières premières durables et de qualité (céréales anciennes, farines non raffinées, levain correct, etc.) sera soulignée.

INFORMATIONS SUPPLÉMENTAIRES :

La proposition suit le modèle consolidé des «gustincontri», nés d'activités pilotes de tourisme expérientiel menées par des experts de la gastronomie et du vin (enseignants et essayistes), des orateurs publics d'excellence et les auteurs de la célèbre plateforme Ligucibario®, le plus large et le plus complet « alphabet du goût » de la gastronomie et du vin de Ligurie. Ce format valorise à la fois les contextes territoriaux de référence et la valeur sapientielle proposée par les activités économiques concernées. Il a déjà été adopté pour les offres touristiques sur le marché par les sociétés d'exploitation touristique.

CONTACT :



Camera di Commercio
Genova

Centro Ligure per la Produttività Agenzia formativa del
Sistema Camerale Ligure e delle Associazioni datoriali
di Categoria

Manuela Caramanna

Tel : 010 55087228

Fax : 010 55087230

www.clpge.it

CONTACTS

Chef de file du projet

Giuseppina Scorrano

Head of Tourism Promotion Sector
Centro Servizi Promozionali per le Imprese
Azienda Speciale della Camera di Commercio di Cagliari
Largo Carlo Felice 66 - 09126 Cagliari
+39 070 60512330
turismo@csimprese.it
www.csimprese.it

Équipe de communication



Elena TONON

ItinERA Communication Officer
+33 4 94 22 88 37
elena.tonon@var.cci.fr



Julie BENSADOUN

Chargée de mission / Project Manager
VAR PROVENCE CRUISE CLUB
+ 33 4 94 22 80 60 / + 33 6 01 19 12 61
julie.bensadoun@var.cci.fr



Anne-Marie BLUM

Manager Var Provence Cruise Club
+33 4 94 22 89 08
anne-marie.blum@var.cci.fr