



UNIVERSITÀ
DEGLI STUDI
DI BERGAMO

Circolo Ricreativo
Università degli studi
di Bergamo

Comunicato n. 7/2026

VIA TERRA E VIA MARE

Da San Fruttuoso alla Lunigiana, attraverso il Parco delle Cinque terre

11-13 settembre 2026



DATA EVENTO:
Venerdì, sabato e
domenica
11-13/09/2026

**PROROGA
PRENOTAZIONI:**
27/07/2026

11 SETTEMBRE 2026 BERGAMO-RAPALLO-SAN FRUTTUOSO-PORTOFINO-AULLA

Partenza al mattino presto con bus privato da Bergamo alla volta di Rapallo.
Arrivo a Rapallo, incontro con la guida e **imbarco sul primo battello del tour che ci accompagnerà per tutte le successive tappe della giornata: San Fruttuoso e Portofino.**

Il primo, una piccola spiaggia di ciottoli bianchi dominata da un'antica abbazia dell'Ottavo Secolo e intorno la fitta macchia mediterranea della Liguria; si pensi che il mare della Baia di San Fruttuoso a 15 m di profondità nasconde una sorpresa: è il Cristo degli Abissi, una statua di 2,50 m che raffigura il Cristo con le braccia rivolte verso l'alto. **Ingresso all'Abbazia**, vale senz'altro la pena visitare il complesso, in particolare il chiostro e i sepolcri dei Doria, potente stirpe genovese.

Pranzo libero

Nel pomeriggio si prosegue con la visita guidata della città esclusiva di **Portofino**, uno dei borghi più famosi del mondo. Le sue case colorate affacciate sulla baia sembrano dipinte a mano, e la piazzetta è da sempre il salotto buono del jet set internazionale. Ma Portofino è anche natura: con una breve passeggiata si raggiunge il **Faro di Punta del Capo**, dove la scogliera incontra il blu profondo del mare. si pensi la Chiesa di San Giorgio, in cima alla salita, custodisce – secondo la leggenda – le reliquie del santo portate dai crociati.

Si conclude la giornata con la **visita di Rapallo**: celebri sono i pizzi e i merletti che vi si producono e il Castello sul mare, simbolo della città, fu costruito nel Cinquecento per difendersi dai pirati e oggi è una delle location più fotografate.

Al termine, arrivo in serata in hotel, sistemazione quindi cena e pernottamento.



12 SETTEMBRE 2026 AULLA-LA SPEZIA-VERNAZZA-MONTEROSSO-PORTOVENERE-LA SPEZIA-AULLA

Prima colazione in hotel.

La giornata sarà dedicata alla **visita in battello delle Cinque Terre e di Portovenere**, questo darà la possibilità di ammirare queste meraviglie da una prospettiva diversa. La mattina è previsto il trasferimento al porto di La Spezia, incontro con la guida, imbarco e inizio delle visite delle Cinque Terre. Sono previste delle soste e visite dei borghi di Vernazza e Monterosso. Si pensi che Vernazza,



un tempo borgo di pescatori fortificato, è l'unico borgo delle Cinque Terre ad avere una vera piazzetta sul mare; invece, Monterosso è l'unico ad avere un lungomare ampio, spiagge e tratti pianeggianti.
Pranzo libero a Monterosso.

Nel pomeriggio si prevede la visita alla sesta Terra non ufficiale, **Portovenere**. Anche se non fa parte del Parco delle Cinque Terre, Portovenere ne condivide lo spirito e la bellezza. Patrimonio UNESCO insieme ai suoi "vicini", questo borgo elegante affacciato sul **Golfo dei Poeti** è un concentrato di fascino ligure: una chiesa a picco sul mare, un castello in cima e una fila di case variopinte a fare da quinta teatrale. La Grotta Byron, proprio sotto la **chiesa di San Pietro**, prende il nome dal poeta inglese che qui veniva a nuotare per trovare ispirazione.

Rientro in hotel in serata, quindi cena e pernottamento.



13 SETTEMBRE 2026
AULLA-LERICI-SARZANA-BERGAMO

Prima colazione in hotel.

Incontro con la guida e partenza in pullman privato GT per l'elegante **Lerici**.



Affascinano soprattutto i caruggi e le scalinate che segnano il tessuto del borgo più antico e l'imponente castello. Due gli edifici religiosi principali: l'oratorio di S. Rocco e la seicentesca Chiesa di San Francesco.

Lungo la passeggiata si fiancheggia un tratto di costa di notevole pregio ambientale, con limpidi fondali ricchi di vegetazione; tra la punta di Maramozza e Maralunga, il Parco subacqueo archeologico della Caletta è luogo ideale per immersioni alla scoperta dei resti di una nave commerciale romana.

Pranzo libero a Lerici.

Il pomeriggio proseguimento per **Sarzana**, capoluogo ufficioso della Lunigiana, che ospita le eleganti Fortezze Firmafede e di Sarzanello. Entrando nel cuore del borgo, Passeggiando attorno a Piazza Matteotti ci si imbatte nei palazzi nobiliari dei Remedi, dei Magni-Griffi, dei Neri o dei Picedi, e si entra ad ammirare la chiesa di S. Maria Assunta, la Pieve di Sant'Andrea, l'edificio sacro più antico della città, e l'Oratorio di S. Bernardino, o ad alzare gli occhi verso il soffitto affrescato del Teatro degli Impavidi.

Al termine è previsto il viaggio di rientro, con arrivo a Bergamo previsto in serata.



QUOTA INDIVIDUALE (la partecipazione è riservata ai soli soci tesserati per l'anno 2026)

Tipologia	Dipendenti e familiari conviventi UNIBG* (SD/SF)		Socio Aggregato (SA)	
Partecipanti	ADULTI	MINORI DI 12 ANNI N.C. (sistemati in tripla con due adulti)	ADULTI	MINORI DI 12 ANNI N.C. (sistemati in tripla con due adulti)
Quota base 21	290 €	250 €	460 €	430 €

*L'iniziativa è promossa con il contributo finanziario dell'Università degli Studi di Bergamo.

Supplementi a persona:

Sistemazione in camera singola a persona per tutto il tour: € 60 (disponibilità limitata e su riconferma)
Assicurazione rinuncia viaggio: € 25,00 a persona (da richiedere a crub@unibg.it)

LA QUOTA COMPRENDE

- Viaggio A/R in pullman G.T., compreso parcheggi, pedaggi, ZTL per La Spezia e Lerici, vitto e alloggio per l'autista;
- Sistemazione in hotel 3 stelle, con trattamento di mezza pensione;
- Sistemazione in camere doppie/matrimoniali con bagno privato;
- ½ minerale e ¼ vino ai pasti in hotel;
- Guide locali per 3 intere giornate;
- Biglietto d'ingresso all'Abbazia di San Fruttuoso;
- Biglietto per battello A/R Rapallo-S. Fruttuoso-Portofino;
- Biglietto per battello A/R La Spezia-Vernazza-Monterosso-Portovenere;
- Auricolari per tutto il tour;
- Assicurazione medico-bagaglio e materiale illustrativo.

LA QUOTA NON COMPRENDE

- Tutti i pranzi;
- Mance ed extra di carattere personale
- Quanto non indicato alla voce comprende.

PRENOTAZIONI

La richiesta di prenotazione può essere inviata esclusivamente tramite l'apposito modulo google [Modulo Adesione 5 Terre](#). Non si accettano prenotazioni telefoniche.

In caso di raggiungimento del numero massimo verrà predisposta una lista d'attesa.

MODALITÀ DI PAGAMENTO

Pagamento entro 3 giorni dalla ricezione della mail di conferma dell'iniziativa **ESCLUSIVAMENTE** tramite bonifico bancario (IBAN: IT14G0306911166100000006620 inviare copia dell'avvenuto pagamento tramite e-mail indicando nell'oggetto del bonifico e della mail "NOME e COGNOME, 5 TERRE").

RINUNCE

Si rende noto che le prenotazioni sono vincolanti.

Eventuali rinunce devono essere comunicate a mezzo mail. Non verranno prese in considerazione rinunce comunicate verbalmente o a mezzo telefonico.

Il mancato versamento della quota non costituisce motivo di rinuncia e comporterà l'applicazione della penale prevista.

PENALITÀ

In caso di recesso del viaggiatore, si applicano le penalità previste dall'Agenzia Viaggi.

Si applicheranno a titolo di penale le seguenti percentuali calcolate in base a quanti giorni prima del giorno di inizio del viaggio è avvenuto l'annullamento (il calcolo dei giorni non include quello di recesso, la cui comunicazione deve pervenire in un giorno lavorativo antecedente quello di inizio del viaggio):

- Dalla prenotazione a 60 giorni lavorativi ante partenza: 35%
- Da 59 a 40 giorni lavorativi ante partenza: 50%
- Da 39 a 21 giorni lavorativi ante partenza: 75%
- Da 20 a 0 giorni lavorativi ante partenza: 100%