

Pianificate la gita in base alle vostre capacità ed alle condizioni meteo.

Plan your excursion according to your skills and weather conditions.



Andate piano, godetevi il paesaggio ed il silenzio.
Walk slowly and enjoy the landscape and the silence.

Comunicare a qualcuno itinerario, orario di rientro ed eventuali modifiche.

Inform someone about your itinerary, return time and any changes.



In caso di emergenza chiamate il n. 112
In case of emergency, call 112

Assicuratevi di avere con voi abbigliamento, calzature ed attrezzatura adeguati, oltre ad acqua e snack.
Make sure you have suitable clothing, footwear and equipment, as well as water and snacks.



Rispettate l'ambiente e chi lo vive, riportando a valle i rifiuti.
Respect the environment and its inhabitants by taking your rubbish back with you.

Seguite sempre i sentieri segnalati e non abbandonate il tracciato.

Always follow the marked trails and do not leave the path.



Per tutelare la bellezza del territorio, non danneggiate piante, fiori e altri elementi tipici. Non entrate e rispettate le proprietà agricole.

To help protect the beauty of the area, please do not damage plants, flowers, or other natural features. Do not enter private land and always respect agricultural properties.

Portate con voi i vostri animali solo se tenuti al guinzaglio.

Bring your pets with you only if kept on a leash.



Con la Cinque Terre Card accedi alla Via dell'Amore, al Sentiero Verde Azzurro e a numerosi siti di interesse e servizi come treno, bus e visite guidate.
With the Cinque Terre Card, you get free access to the Via dell'Amore, the Sentiero Verde Azzurro (Blue Trail), and many other attractions, plus services such as train travel, local buses, and guided tours.

PARCO NAZIONALE CINQUE TERRE AREA MARINA PROTETTA

15/20

Il territorio delle Cinque Terre è per sua natura impervio. I sentieri sono a tratti impegnativi e vanno affrontati in modo prudente e consapevole, con calzature adatte e massima concentrazione.

The Cinque Terre territory is naturally rugged. Some trails are challenging and must be tackled with caution and awareness, wearing suitable footwear and maintaining maximum attention.

BOX INFO LINE PN5T

Attivo 365 giorni l'anno

T 0039 0187 1857573

@ infopoint@parconazionale5terre.it



www.parconazionale5terre.it



PARCO
NAZIONALE
CINQUE
TERRE
AREA MARINA
PROTETTA

10

CONSIGLI PER VIVERE
AL MEGLIO
la vostra esperienza outdoor
nel Parco Nazionale
delle Cinque Terre

TIPS TO LIVE
THE BEST
outdoor experience
in Cinque Terre
National Park

