



## L'aventure à l'italienne : mer et dolce vita aux Cinque Terre.

Prépare-toi à embarquer pour un voyage au cœur d'un décor de rêve : les **Cinque Terre**, perles de la côte italienne. Tu marcheras entre **Monterosso** et ses plages, **Vernazza** et ses façades colorées, **Corniglia** perché sur la falaise, **Manarola** et ses plongeurs, et **Riomaggiore** au coucher de soleil magique. Chaque village est une carte postale, rythmée par des pauses baignades, des jeux et des moments chill. Tu profiteras aussi d'une activité nautique au choix, comme le **kayak ou le paddle**, pour longer les falaises et découvrir des criques cachées...

Ce séjour t'emmènera aussi à la découverte de deux villes de caractère : **Gênes et La Spezia**. La première est un vrai labyrinthe de ruelles appelées les "**caruggi**", où chaque coin te surprendra. Tu y trouveras des palais colorés, des marchés et des places animées... Ici tu sentiras battre le cœur de la Ligurie. **La Spezia**, plus tranquille, mais tout aussi typique se situe entre mer et collines et est connue pour son joli port et ses places ombragées. Comme l'Italie est aussi un pays de gastronomie, tu participeras à **un atelier de cuisine italienne**. Au menu : apprendre à faire **des pâtes fraîches**, à préparer **un vrai pesto génois** et découvrir les secrets des saveurs locales.

Pour compléter l'aventure, une **escapade à Pise** sera au programme. L'occasion parfaite pour voir et photographier la célèbre tour penchée, et s'imprégner de l'ambiance toscane. Et bien sûr, qui dit Italie dit **glaces artisanales** ! Stracciatella, pistache, citron, noisette... chaque village sera l'occasion de tester une nouvelle saveur.

Entre baignades et plages ensoleillées propices au farniente, tu profiteras aussi de l'effervescence de la vie nocturne italienne. Balades sur le front de mer, ambiance festive des places animées, musique et convivialité : la dolce vita version cinque terre te laissera des souvenirs inoubliables.

Tout au long du séjour, grands jeux, veillées, l'équipe d'animation adapte les activités selon tes envies, les possibilités du moment et la météo.

## HÉBERGEMENT

En auberge de jeunesse à Levanto ce qui permet un accès direct en transport en communs aux différents sites. Les repas seront préparés par l'équipe d'animation aidés par les jeunes et certains seront pris dans des restaurants typiques.

## LES + DU SÉJOUR

UN COURS DE CUISINE ITALIENNE  
LES PLAGES ET VILLAGES DES  
5 TERRES

## 14 JOURS

16 au 29 juillet 2026  
06 au 19 août 2026

## PRIX

1 995 € au départ de Paris

## TRANSPORTS

Train Paris/Gênes - Déplacements entre les étapes en transports privés.

Préacheminement avec animateur sur une base de 5 participants par ville :

Angers 170€ / Avignon, Bordeaux, Brest, Marseille, Montpellier, Toulouse 230€ / Clermont Ferrand, Lyon, Strasbourg 180€ / Grenoble 195€ / Le Mans 160€ / Lille, Rouen 95€ / Nancy-Metz 190€ / Nantes, Rennes 170€ / Poitiers 190€ / Orléans 120€

## ENCADREMENT

Nombre de participants : 24 jeunes  
1 adulte pour 8 jeunes dont :  
1 directeur BAFD  
1 animateur titulaire du PSC1