



- Accesso regolamentato* Restricted access *
- Seguire i sentieri segnalati Stay on trails
- Non accendere fuochi Do not set fires
- Non abbandonare rifiuti Do not litter

*Consentito esclusivamente sui percorsi dedicati dal 01 luglio al 31 marzo (accesso sempre vietato nei festivi e prefestivi) / Only on dedicated trails from July 1st to March 31st (biking not allowed on holidays and pre-holidays)

- Canì al guinzaglio Keep Dogs on a leash
- Non asportare minerali Do not remove minerals
- Attenzione area videosorvegliata** Video surveilled area for security
- Rispettare alberi e fiori Do not damage trees and flowers

** dall'Ente Parco per motivi di sicurezza (art. 13 D.Lgs. 196/03)

- Rispettare gli animali Respect animals
- Vietato il campeggio Camping not allowed
- Non fare rumori eccessivi Don't make noise
- Rispettare il lavoro dei contadini Respect farmers' work

- Vietato l'accesso ai veicoli a motore Motor vehicles not allowed
- Usare calzature adatte Wear proper shoes
- Accesso regolamentato*** Restricted access***

*** L'accesso a cavallo è riservato ai titolari di specifica convenzione/Only with special permission



Come raggiungere il Parco
How to reach the Park

Il Parco Naturale Regionale di Portofino

Protetto dal 1935, il territorio del Parco ospita una delle più ricche varietà floristiche del Mediterraneo, a cui si associa un'elevata diversità faunistica. Il promontorio, caratterizzato da imponenti falesie di conglomerato che poggiano su bancate di calcare, presenta caratteristiche geomorfologiche e microclimatiche uniche, che rendono piacevole la fruizione della fitta rete sentieristica in ogni stagione. Oltre 80 km di sentieri vi condurranno lungo itinerari a picco sul mare, verso punti panoramici indimenticabili, nel cuore dei freschi boschi sommitali, o alla scoperta di antichi insediamenti monastici, borghi pittoreschi e tradizioni secolari.



Portofino Regional Nature Park

Protected since 1935, the park's territory is home to one of the richest floristic varieties in the Mediterranean, which is associated with a high animal diversity. The promontory, characterized by imposing conglomerate cliffs resting on limestone banks, has unique geomorphological and microclimatic features that make it pleasant to enjoy the trails in all seasons. A dense network of over 80 km of trails will take you along routes overlooking the sea, to unforgettable viewpoints, into the heart of cool summit forests, or to discover ancient monastic settlements, picturesque villages and centuries-old traditions.

Numeri Utili/Useful Numbers

Guardiaparco / Park Rangers 335431819

Info point: 0185215037

IAT Portofino 0185287485

IAT Santa Margherita Ligure 0185771066

Pro Loco Camogli

Treni / Trains www.trenitalia.com

Bus / Line Busses www.amt.genova.it

Battelli / Ferry service:

Santa Margherita Ligure / Portofino / San Fruttuoso

www.traghettiportofino.it

Camogli / San Fruttuoso www.golfoparadiso.it

Abbazia di San Fruttuoso (FAI) 0185772703

NUMERO UNICO EMERGENZA /
EMERGENCY NUMBER

112



Parco Naturale Regionale di Portofino
Corso Rainusso, 1 - 16038 - Santa Margherita Ligure (GE)
Tel +39 0185 289479
www.parcoportofino.it - info@parcoportofino.it

Itinerari escursionistici con segnavia FIE Hiking Route with FIE trail marks

T= turistico/touristic EE=escursionisti esperti/expert hikers



Ruta - Portofino Vetta - Pietre Strette - Olmi -
Portofino Mare
km 7,5 - ore/time 2:30 - difficoltà/difficulty T
segnavia/trail mark ■

San Rocco - Gaixella - Pietre Strette - San Fruttuoso
Km 4,5 - ore/time 2:00 - difficoltà/difficulty T
segnavia/trail mark ○

Camogli - San Roccò - Batterie - Passo del Bacio -
San Fruttuoso
km 8 - ore/time 4:50 - difficoltà/difficulty EE
segnavia/trail mark ●●

San Fruttuoso - Base O - Portofino Mare
km 5 - ore/time 2:00 - difficoltà/difficulty EE
segnavia/trail mark ●●

Batterie - Semaforo Nuovo - Pietre Strette - San Fruttuoso
km 4,5 - ore/time 2:45 - difficoltà/difficulty T
segnavia/trail mark ▲



Parco di Portofino



Area Marina Protetta di Portofino

Zonazione

- ZONA A riserva integrale
- ZONA B riserva parziale
- ZONA C riserva generale

Legenda:

porto	hotel/bed & breakfast	servizio informazioni del parco park's information	torretta tower
attracco anchorage	bar/ristoranti bar/restaurant	museo museum	faro lighthouse
battello ferry boat	ospedale hospital	spiagge beach	ferrovia railway
taxi boat	pronto soccorso first aid	parcheggio parking	strada principale main road
affitto barche boat rent	farmacia chemist	stazione ferroviaria railway station	strada secondaria secondary road
affitto canoa/derive board/canoe rent	fonti source	bus	sentiero path
diving center	chiese church	taxi	linee di navigazione navigation lines
ufficio informazioni information office	monumenti di pregio buildings of interest	confini parco terrestre park's boundaries	sentiero percorribile solo accompagnati da guide del parco path to run only accompanied by guides of the park

info e prenotazioni escursioni/info about excursions
labter@parcoportofino.it

I sentieri del Parco di Portofino sono impegnativi e devono essere affrontati con attrezzatura, abbigliamento e preparazione adeguati. Alcuni tratti richiedono esperienza.

VADEMECUM DELL'ESCURSIONISTA

- Prima di iniziare il cammino:
- Verifica che le tue condizioni di salute siano compatibili con lo sforzo fisico
 - Informati sempre sulle difficoltà e sulla lunghezza del percorso che vuoi intraprendere
 - Scegli percorsi adatti alle tue capacità e a quelle dei tuoi compagni di escursione
 - Informati sulle condizioni meteo. Le piogge intense e il caldo possono rappresentare un pericolo
 - Nel periodo da maggio a ottobre, specialmente sui sentieri affacciati sul mare, non dimenticare che crema solare e cappello da sole sono indispensabili
 - Utilizza pedule o scarponcini con suola rigida e scolpita e comunque mai calzature leggere o da spiaggia
 - Parti sempre con un'adeguata scorta d'acqua, specialmente nelle giornate calde, e con qualche barretta energetica
 - Porta con te un kit di pronto soccorso
 - Puoi percorrere in sicurezza i sentieri del monte in compagnia di una Guida Ambientale Escursionistica del Parco di Portofino, che ti porterà a scoprire le peculiarità paesaggistiche e culturali del territorio
 - Non accendere fuochi in natura
 - Non abbandonare rifiuti in natura
 - Rispetta la fauna e la flora

In caso di emergenza, chiama il NUMERO UNICO DI EMERGENZA 112 IN OGNI CASO, RINUNCIARE È MEGLIO CHE RISCHIARE

I comportamenti scorretti saranno sanzionati. Nel Parco potrete incontrare i Guardiaparco, contraddistinti dal distintivo regionale, che svolgono funzioni di Polizia Giudiziaria e Amministrativa.



Misconduct will be sanctioned. In the Park you can meet Park Rangers, distinguished by the regional badge, who are in charge with law enforcement.

Some trails in Portofino Park are challenging and must be approached with proper equipment, clothing and preparation. Some sections require experience.

HIKER'S VADEMECUM

- Before starting your hike:
- Make sure that your state of health allows you to face physical efforts
 - Always inquire about the difficulty and length of the trail you want to take
 - Choose trails suited to your abilities and those of your fellow hikers
 - Inquire about weather conditions. Heavy rains and hot weather can be a danger
 - In the period from May to October, especially on trails facing the sea, don't forget that sunscreen and a sun hat are essential
 - Use hiking boots or hiking shoes with hard, sculpted soles and in any case never walk the trails with light shoes or slippers
 - Always start with an adequate supply of water, especially on hot days, and hold a few energy bars in your backpack
 - Take a first aid kit with you
 - You can safely walk the paths of the mountain in the company of a Hiking Guide of the Park of Portofino, who will take you to discover the landscape and cultural peculiarities of the area
 - Do not light fires in nature
 - Do not abandon garbage in nature
 - Respect the fauna and flora

In case of emergency, call the EMERGENCY NUMBER 112 IN ANY CASE, GIVING UP IS BETTER THAN TAKING RISKS