

Sentiero Balcone Mediterraneo / Ligurisches Hinterland Oktober 2024

Et.	km	hm hoch	hm runter	Start	Ende	Resupply		Wasser
1	20	1123	1294	Grimaldi	Airole	Airole: Alimentari Deborah Trucchi		Wasserhähne
2	14.8	1056	799		Dolceaqua <i>Resupply bis 13h am Mi!</i>	Dolceaqua Alimentari Raimondo Market Mo-Sa (ohne Mi) 8-13, 1530-1930, Mi 8-13 So geschlossen	Alimentari Francesca Mo 715-1245 Di, Do, Fr, Sa 745-1245, 1630-19 Mi 745-1245 So geschlossen	Wasserhähne
3	20	1375	1110		Conca di Bignone	Perinaldo (etwa nach 12km) Alimentari La Fontana Mo-Sa (Mi zu): 730-1230, 1630-1930 So 745-1230 Mi geschlossen	A Butega Perinaldo Pasta Fresca Morena Mo, Di, Mi 9-14, 18-20 Do 9-14 Fr/Sa 9-19 So 9-14	Wasserhähne
4	10.9				Ceriana	Ceriana Alimentari a bitega Mo bis Sa 7-13, 16-19 Mi 7-13, 16-16.30 (?) So geschlossen	Macelleria Salumeria da Giovanna e Angelo Mo bis Sa: 7-1230, 16-1930 So geschlossen	Wasserhahn
5	18.6	1057	1177		Badalucco	Badalucco Despar Express Mo-Sa 730-1230, 16-19 So geschlossen <i>Gut ausgerüstet, Bio, Glutenfrei usw. kleiner Supermarkt</i>	Rolando Francesca Mo-Fr 730-1230- 1615-1930 Sa 8-13, 16-1930 So 9-1230	Wasserhahn
6	13.5	459	856		Dolcedo	Dolcedo Alimentari da Gianna Mo-Mi, Fr, Sa 8-1330, 1630-1930 Do 8-1330 So geschlossen Restaurants, Übernachtungsmöglichkeiten		
7	8.87	487	858		Borgoratto	keine Läden unterwegs		Wasserhähne
8	14.8	313	1093		San Bartolomeo al Mare	keine Läden unterwegs		Wasserhähne
	121.47	5870	7187	TOTAL				

Reise von Ventimiglia nach Grimaldi (inferiore): Bus Nr. 1 Endstation Ventimiglia Ponte san Luigi (ca. 20min), Mo-Sa: 7h, 8h, 9.30h, 12.30h, 14.30h, 17.30h, 19.30h