



Associazione Alpinistica la Montagna - aps
Alpinismo Escursionismo Natura

Via Geo Ballestri 265 - 41058 Vignola (MO) Aperta il giovedì dalle ore 21:00 alle 23:00

www.associazionelalpinisticalamontagnavignola.it e-mail-info@associazionelalpinisticalamontagnavignola.it



1990 – 2025 TRENTACINQUESIMO ANNIVERSARIO

II CARSO – DA DUINO A MUGGIA

Trekking dal 25/5/25 al 29/5/25

USCITA N. 26

RITROVO ore: 5,45 presso la sede dell'associazione, a Vignola, via Ballestri, 265.

PARTENZA ore: 6,00

ITINERARIO IN CORRIERA: Vignola – Padova – Monte San Michele (km 300. ore 4,00).

A seguire: **Monte San Michele – Trieste** (km 50 - ore 1).

A seguire: **Castello di Miramare – Sezana** (Slovenia) (km 20, ore 0,30)

PROGRAMMA ESCURSIONI

DOMENICA 25/5/2025

Ore 6,00: Partenza da Vignola in corriera.

Ore 10,00: Arrivo a Monte San Michele, sito tra il fiume Isonzo e l'altopiano carsico, teatro di sanguinosi scontri nel corso della prima guerra mondiale. Qui visiteremo la cannoniera e i resti delle trincee.

Ore 12,00: Partenza in corriera per Trieste.

Ore 13,00: Pranzo al sacco a Trieste.

Ore 13,30: Escursione urbana per visitare le principali attrazioni della città: Cattedrale di San Giusto, Piazza Unità d'Italia, Molo Audace, Piazza della Borsa, Canale Grande. Poi, percorrendo il lungomare di Viale Miramare, raggiungeremo prima Barcola ed infine il Castello di Miramare (km 10, ore 4,00, Difficoltà E).

Ore 17,30: Partenza in corriera dal Castello di Miramare. Arrivo e sistemazione all'Hotel Safir Casinò a Sezana, che si trova in Slovenia (1 km oltre il confine).

Ore 19,30: Cena in hotel.

Ore 21,00: Serata libera.

LUNEDI' 26/5/2024

Ore 7,00: Colazione in hotel.

Ore 8,00: Partenza in corriera per la località di Duino.

Ore 9,00: La prima tappa del Trekking inizia dal Castello di Duino, a strapiombo sul mare. Da qui percorriamo il sentiero dedicato al poeta Rilke, che corre alto sulla scogliera e parallelo al mare, fino ad arrivare alla baia di Sistiana. Da qui risaliamo, per strada asfaltata, verso l'altopiano carsico fino a raggiungere le località di San Pelagio e Sgonico. Con panorami aperti verso il golfo di Trieste raggiungiamo infine il paesino di Prosecco, dal quale prende il nome uno dei più famosi vini frizzanti italiani.

(Km 23,2. Ore 7,00. Dislivello +463/ -264. Difficoltà E).

Ore 17,30: Da Prosecco ritorno in corriera all'hotel.

Ore 19,30: Cena in hotel.

Ore 21,15: Socializzazione per chi vuole: Enigmi e Indovinelli con ricchi premi.

MARTEDI' 27/5/2025

Ore 7,00: Colazione in hotel.

Ore 8,00: Partenza in corriera per Prosecco.

Ore 9,00: Iniziamo la seconda tappa da dove l'abbiamo abbandonata ieri e proseguiamo il percorso attraverso la girandola di colori dell'altopiano carsico, con spettacolari vedute dell'Adriatico. Dopo aver oltrepassato Trebiciano e Basovizza, entriamo in Slovenia fino ad arrivare alla località di Lipica, famosa fin dal 1580 per l'allevamento dei bianchi cavalli chiamati appunto Lipizzani.

(KM 20,5. Ore 6,00. Dislivello +440/ -272. Difficoltà E).

Ore 17,30: Da Lipica ritorniamo, con eventuale breve fermata per visitare la Foiba di Basovizza, in hotel in corriera.

Ore 19,30: Cena in hotel.

Ore 21,15: Socializzazione per chi vuole: Cultura e Musica.

MERCOLEDI' 28/5/2025

Ore 7,00: Colazione in hotel.

Ore 8,00: Partenza in corriera per Lipica.

Ore 9,00: Visto che la terza tappa è la più breve, prima di iniziarla cercheremo di visitare l'interessante allevamento di cavalli Lipizzani ed il relativo museo.

Ore 11,00: Abbandoniamo il verde parco di Lipica e, sull'orlo dell'altopiano carsico, risaliamo il monte Cocusso fino a Castellaro Maggiore. Scendiamo poi per la suggestiva ed arida Val Rosandra (ma dove scorre l'unico torrente a cielo aperto del Carso!), fino a Bagnoli della Rosandra.

(Km 16,7. Ore 6,00. Dislivello +300/ -632. Difficoltà E).

Ore 18,00: Da Bagnoli ritorniamo in corriera all'Hotel.

Ore 19,30: Cena in hotel.

Ore 21,15: Socializzazione per chi vuole: Musica.

GIOVEDI' 29/5/24

Ore 7,00: Colazione in hotel.

Ore 8,00: Partenza in corriera per Socerb.

Ore 9,00: La quarta tappa, anziché da Bagnoli inizia da Socerb/San Servolo e, forse, anche più avanti, perché dobbiamo rispettare le tempistiche di guida del nostro autista. Dalle rovine del castello di Socerb, con bel panorama sulla valle del fiume Osp, scendiamo per un primo tratto e poi, dopo essere passati per Osp, risaliamo verso il villaggio di Tinjan (Antignano). Da qui scendiamo dolcemente verso il mare Adriatico ed il pittoresco borgo marinaro di Muggia. (Km 18,00. Ore 6,00. Dislivello +424/ -490. Difficoltà E).

Ore 16,00: Dopo aver visitato la chiesa, i caratteristici vicoli e il porticciolo di Muggia, iniziamo il viaggio di ritorno in corriera.

Ore 21,00: Arrivo a Vignola (Km 350 – ore 5,00).

INFORMAZIONI IMPORTANTI:

1 – Il Trekking è stato fatto slittare di un giorno, rispetto al programma pubblicato dall'Associazione, a causa della difficoltà di reperire un hotel durante il fine settimana.

2- L'Hotel scelto (che al suo interno contiene un Casinò) si trova in Slovenia e quindi occorre avere la Carta d'Identità valida per l'espatrio (la patente di guida NON è sufficiente).

3 - Questo Trekking, che ricalca le ultime quattro tappe del noto percorso "ALPE-ADRIA-TRAIL", ha un'impronta principalmente escursionistica. Il Trekking non presenta difficoltà particolari ed è accessibile a tutti, però si tratta comunque di percorrere 80 km divisi in quattro tappe di circa 20 km ciascuna. **Quindi, per rispettare i tempi previsti e per non attardare il gruppo, è vivamente consigliata l'iscrizione solo a chi ha la voglia e la possibilità di camminare di buon passo.**

4 – Si sottolinea poi che il Trekking avrà anche una forte impronta culturale. Si parlerà quindi di storia, di letteratura, di arte e di enogastronomia, con particolare riferimento al territorio attraversato.

5 – Il Trekking è fattibile solo in corriera e quindi, se non si dovesse raggiungere un numero minimo di 20 partecipanti, verrà annullato. Si avverte poi che la corriera ora prenotata porta un numero **massimo di 25 passeggeri e quindi 25 è ora il numero massimo dei partecipanti.**

6 – La quota di partecipazione al Trekking dovrebbe aggirarsi attorno ad euro 490,00 (con 25 partecipanti). Tale importo comprende: pernottamento, cena e colazione per quattro giorni in hotel, noleggio della corriera, ingresso alla cannoniera di Monte San Michele e agli allevamenti di Lipica. Il predetto importo non comprende: le bevande della cena, tutti i pranzi al sacco, gli eventuali costi extra e la quota per l'Associazione.

EQUIPAGGIAMENTO: scarponi o scarpe basse da escursione (ci saranno anche vari tratti di asfalto), zaino piccolo da 20/30 lt, borraccia, capo antipioggia/antivento, bastoncini, borsone o trolley con tutto quanto necessario per alloggiare quattro giorni in hotel.

PRANZI: Sempre al sacco e sempre a cure e spese dei partecipanti. Inoltre è consigliabile avere al seguito una piccola scorta di alimenti energetici e di rapida assimilazione come barrette, frutta secca e formaggio grana.

ORGANIZZAZIONE: Fabio Tolomelli. Elis Marri. Cristiana Vandini.

INFORMAZIONI: Fabio Tolomelli cell:347 494 2038

ISCRIZIONI: Le iscrizioni dovranno essere effettuate a partire dal **13/2/2025 alle ore 21,00**, tramite whatsapp sul cellulare dell'Associazione: 371 5781040.

N.B: Il capogruppo si riserva la possibilità di effettuare variazioni al percorso descritto
La partecipazione alle uscite è caratterizzata dall'obbligo di Iscrizione all'Associazione