

25  
POSTI

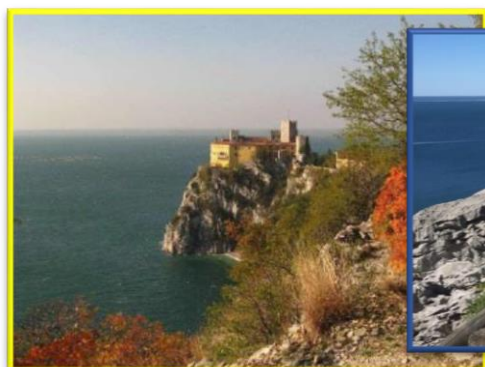
**25-26-27-28 Marzo 2022**

**A zonzo per TRIESTE e dintorni**

**Il fascino raffinato di una terra di confine**

***Alla scoperta della città giuliana e dei suoi dintorni. Un'area transnazionale che mostra i segni della sua molteplicità culturale, ma anche delle sofferenze di un passato di contesa. Un territorio capace di offrire una bellezza signorile miracolosamente riemersa da un passato dolente.***

Trieste è stato l'ultimo avamposto dell'Occidente e dell'Italia in una terra mista con sonorità mediterranee, slave e germaniche, come gli occhi di chi ci vive, occhi forgiati dal vento e dai riflessi del mare. Oggi Trieste è la principale città di una penisola transnazionale, quella istriana. Ma la città e il territorio che la circonda portano ancora i segni del '900, segni del dolore, della sofferenza, delle lacrime e delle speranze di un'area a lungo contesa. Battuta talvolta dalla Bora che spazza foglie e pensieri, la città racchiude in sé l'eleganza mitteleuropea e la luce del Mediterraneo, i sapori del mare e quelli del Carso e dell'Istria. Unico vero porto di un enorme impero, ha conservato la maestosità asburgica e si offre come punto di contatto tra il Mediterraneo e il retroterra balcanico, punto di congiunzione tra latini e slavi.



*Questo il programma*

**25 Marzo. Dalla risorgiva del Timavo a Sistiana attraverso il sentiero Rilke.** Il percorso parte dalla chiesa di San Giovanni in Tuba, risalente al 1483. L'edificio di culto, in stile gotico, fu edificato per volere dei signori Walsee. La chiesa, ricostruita in parte dopo la Seconda guerra mondiale, sorge sul luogo di una basilica paleocristiana di cui si conservano i mosaici risalenti al V secolo. Nella località si trovano le risorgive del fiume Timavo, che qui ritrova la luce dopo un lungo percorso sotterraneo per poi sfociare nel golfo di Trieste; vi si trova anche il canale Locavaz, che in passato è servito spesso come linea di confine. Attraverso il sentiero Bratina e il Bosco della Cernizza si giunge ad una delle passeggiate più belle e suggestive che si affacciano sul golfo di Trieste e che collega Duino a Sistiana. A picco sul mare il sentiero prende il nome dal poeta R.M. Rilke che, ospite al Castello di Duino all'inizio del secolo scorso, come già lo era stato Dante prima di lui, ivi compose le sue celeberrime "Elegie Duinesi". Dal sentiero si possono ammirare, da posizione privilegiata, sia il Castello di Duino che il Vecchio Castello dell'XI secolo. **Lunghezza: Km 6; Dislivello: irrilevante; Tempo di percorrenza: 3h 30' circa.**

**26 Marzo. Da Opicina al Castello di Miramare attraverso il sentiero Napoleonico e il sentiero Natura.** L'itinerario ha inizio nel paese di Opicina, presso l'Obelisco eretto nel 1830 in memoria dell'imperatore d'Austria che, per primo, fece costruire la strada che collegava il porto dell'Impero al territorio austriaco. Percorrendolo per tutta la sua lunghezza (non è possibile perdersi) si arriva ad un tratto asfaltato, alla cui destra si alza una parete rocciosa, utilizzata come palestra dai numerosi amanti dell'arrampicata sportiva. Il panorama che si apre sul Golfo è incantevole e lo sguardo spazia dalla città di Trieste, alla costa istriana ed ai cantieri navali di Monfalcone. Nelle giornate particolarmente limpide appaiono anche le Alpi a far da cornice. Prendendo sulla destra il sentiero con segnavia CAI 12 si giunge in breve nei pressi del Tempio Mariano di Monte Grisa, santuario caro a tutti i triestini. Tornati sul percorso principale si scende gradualmente al paese di Prosecco per imboccare il sentiero NATURA che porta al parco e al castello di Miramare. **Lunghezza: Km 11; Dislivello: 100m in salita, 350 in discesa; Tempo di percorrenza: 4h circa.**

**27 Marzo. La Riserva naturale della Val Rosandra**, di straordinario interesse naturalistico e morfologico, è situata nella zona sud - orientale della provincia di Trieste. Questa valle è stata scavata nel calcare da una lenta erosione e presenta attualmente tutte le caratteristiche di una valle prealpina, pur essendo situata a quota altimetrica bassissima. Le sue pareti, in parecchi punti, cadono a picco sul letto del torrente. In molte formazioni rocciose appaiono, ridotte in miniatura, pareti e crode di montagna. L'itinerario ha inizio dal Borgo di San Lorenzo della Rosandra per raggiungere il Monte Stena m 442 slm. Questa brulla altura, quasi senza vegetazione perché battuta violentemente dalla bora nel corso dei secoli, offre un'esperienza unica ed un panorama mozzafiato sulla val Rosandra e nelle belle giornate fino al mare. Dalla cima del Monte Stena il sentiero prosegue sempre verso est scendendo rapidamente di circa un 80 metri fino ad incontrare il bivio con il sentiero 17 proveniente da Draga S.Elia. Qui si svolta a destra e si scende per alcuni veloci tornanti verso la Valle. Raggiunta la pista ciclopedonale della vecchia ferrovia ci si dirige verso Trieste attraversando un breve tunnel in direzione di Botazzo. A metà discesa una piccola vedetta naturale offre un bello scorcio sull'intera Valle. Dal piccolo nucleo abitativo, imboccando il sentiero dell'amicizia, ci si porta in quota fino a dominare a vista la cascata del Torrente Rosandra, alta circa 40 m. A sinistra si inerpicia il sentiero che conduce alla Chiesetta di Santa Maria in Siaris. Scegliendo di proseguire sul percorso principale, questo in breve scende al Rifugio Premuda, gestito dal CAI di Trieste, il più basso rifugio d'Italia: 81 metri s.l.m. Nei pressi della struttura si notano i resti dell'acquedotto romano (I sec. d.C.), unico tra gli acquedotti dell'antica urbe tergestina.

**Lunghezza: Km 10; Dislivello: 190m in salita – 380 m in discesa; Tempo di percorrenza : 4h 30' circa.**



**28 Marzo. Visita turistica alla città asburgica.** Ecco cosa potremo vedere compatibilmente con il tempo a disposizione: Borgo Teresiano, Piazza Unità d'Italia, Caffè degli Specchi, Piazza della Borsa, Tempio Serbo-Ortodosso San Spiridione, Arco di Riccardo, Cattedrale di Sa Giusto, Castello di San Giusto, Teatro Romano, Basilica Romana, Quartiere ebraico ecc.....

## 25 POSTI DISPONIBILI

**La comitiva sarà ospitata presso l'Hotel Italia in via Geppa 15 Trieste.**

**QUOTA INDIVIDUALE DI PARTECIPAZIONE: € 380.00**

**ACCONTO: € 150.00 da versare entro il 1 marzo 2022 per confermare la presenza del gruppo in albergo.**

**SALDO: da versare una settimana prima della partenza.**

La quota comprende: viaggio in pullman, soggiorno all'Hotel Italia con tre pernottamenti e colazione, cene di venerdì, sabato, domenica, guida naturalistica, guida turistica, tasse di soggiorno.

**PARTENZA: ore 7.00 del giorno 25 Marzo 2022 da Viale Villetta RIENTRO: ore 22.30 circa del giorno 28 Marzo 2022**

Durante l'escursione è obbligatorio il rispetto del distanziamento, l'uso della mascherina nei momenti opportuni, l'uso del gel disinfettante per le mani e tutti gli accorgimenti di buonsenso utili ad evitare eventuali rischi covid. È altresì obbligatorio **il possesso del GREEN PASS RAFFORZATO.**

**Si ricorda che per partecipare occorre aver rinnovato la tessera associativa 2021/2022 e aver depositato in segreteria il certificato medico di idoneità sportiva non agonistica**

## NOVITA'

**DA QUEST'ANNO È POSSIBILE ISCRIVERSI ED EFFETTUARE IL PAGAMENTO PER LE ATTIVITA' DEL CENTROSPORT COMODAMENTE DAL DIVANO DI CASA TUA!!!**



**PUOI ACCEDERE DALLA SCHEDA TREKKING DAL SITO [WWW.CSIPARMA.IT](http://WWW.CSIPARMA.IT)**

**A QUESTO LINK <https://bit.ly/3ggRCKd>**

**OPPURE VISITA IL SITO**

**[Trekking Archivi - Centro Sport Parma \(csionline.it\)](http://Trekking Archivi - Centro Sport Parma (csionline.it))**

**O INQUADRA IL CODICE QR**

