



ASD PACHAMAMA INSIEME IN CAMMINO

info@.asdpachamama.it

www.asdpachamama.it



**Vacanza sportiva nel Golfo di Trieste: Sentiero Rilke,
strada Napoleonica, falesie di Strugnano da ven 25 a lun 28 settembre (4gg-3
notti) con Roberto**



Cari soci e simpatizzanti vi proponiamo come camminata settembrina una incantevole vacanza sportiva lungo la costa del Golfo di Trieste, partendo dal Castello di Duino, lungo la strada Napoleonica, attraversando il parco di Lipica, fino alle Falesie di Strugnano a Umago, in Croazia. Pernoteremo in un alberghetto, in stanze doppie con bagno e sistemazione in mezza pensione. Il programma è il seguente:

Venerdì 25 sett: Ritrovo presso Crema Sport con partenza ore 7.00, formeremo gli equipaggi e poi in direzione Duino per percorrere in scioltezza il famoso sentiero Rilke, che ci consentirà di ammirare la fantastica costa triestina fino al golfo di Sistiana, (caratteristiche percorso: costiero, Walking, lungh: 10km dsl 150m - durata 3 ore); dopo questa semplice camminata raggiungeremo l'albergo dove pernosteremo a Duino (TS);

Sabato 26 sett: Escursione lungo la strada Napoleonica, sul ciglione carsico, in alto rispetto al mare, con stupendi panorami su Trieste e il suo golfo. Il sentiero è largo e con buon fondo (strada bianca), passando dalla **Vedetta Italia**, uno dei tanti posti panoramici di osservazione posti lungo il ciglione del **Carso** triestino. Alle spalle dell'inizio del sentiero sorge il **santuario mariano di Monte Grisa**. Raggiungeremo il santuario dall'Obelisco di Opicina tramite il sentiero **Nicolò Cobolli**, in mezzo ai boschi. All'obelisco, alla fine del sentiero, si trova pure una fermata della storica e panoramica **tranvia di Opicina**, che in ripida pendenza collega il centro della città di Trieste con l'**altipiano carsico**. (Caratteristiche percorso: Walking, lungh: 12km dsl 190m -durata: 4 ore)

Domenica 27 sett: Capodistria-Pirano escursione lungo la costa con pranzo al sacco o in un ristorante a Pirano, con visita ad entrambe le due graziose marine. (Caratteristiche percorso: Walking, lungh: 15km dsl 200m -durata: 5 ore)

Lunedì 28 sett: Izola, falesie di Strugnano, promontorio di Pirano. Percorso ad anello che ci consentirà di ammirare le scogliere più belle dell'alto adriatico. (Caratteristiche percorso: Walking, lungh: 9km dsl 220m - durata: 3 ore). Rientro in serata in Italia.

Contributo di partecipazione: 290,00€ (4 giorni - 3 notti),

che comprende: pernottamento con sistemazione in camere doppie con mezza pensione e con 2 accompagnatori escursionistici FIE al seguito.

Acconto 90,00€ bonifico su IBAN IT630 08807 12106 000000887233, beneficiario 'ASD Pachamama insieme in cam' BCC Veneta - Causale 'Trek Golfo di Trieste - nome partecipante) entro il venerdì 04 settembre 2026 e saldo entro giovedì 1 ottobre.

**Partenza Venerdì 25 settembre, ore 7:00 dal Park Crema sport - Via Pò- Padova. 20 posti
Iscrizioni entro venerdì 4 settembre o al raggiungimento del numero max partecipanti.**

La partecipazione è riservata esclusivamente ai soci della ASD PACHAMAMA - Insieme in cammino, in regola con il tesseramento e con in possesso del certificato medico per attività non agonistica.