



TREKKING ITALIA

Associazione Amici del Trekking e della Natura
Sezione regionale dell'Emilia-Romagna



*Kosovo,
camminare nel cuore dei Balcani*

GT – MAIL

Trekmail numero 882

Aprile 2017

[Se hai problemi per scaricare il messaggio, puoi cliccare qui !](#)

Oppure puoi [scaricare il pdf](#)

[Grandi Trek in evidenza](#)

[Calendario dei prossimi Grandi Trek](#)

- Vi consigliamo sempre di **PRENOTARVI IN ANTICIPO** per ottenere una **QUOTA AGEVOLATA** e perché alcuni trek possono essere cancellati se non ci sono abbastanza partecipanti.
- **LAST MINUTE** - Ci sono ancora alcuni posti disponibili per trek in:

TOSCANA E UMBRIA : "Il cammino di San Francesco: prima tappa di La Verna a Città di Castello", accompagna Alfonso dal 28 aprile al 2 maggio.

UMBRIA : "Il cammino di San Francesco: seconda tappa di Città di Castello a Assisi", accompagna Francesca A. dal 3 al 5 maggio.

FRANCIA, CORSICA: "Sentiero mare i monti con il camin di a Ferru a Corsica", accompagna Adriano dal 28 maggio al 5 giugno.

Grandi trek in evidenza

TOSCANA E UMBRIA

IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO: PRIMA TAPPA LA VERNA-CITTÀ DI CASTELLO

da venerdì 28 aprile a martedì 2 maggio



Trek itinerante

Prima di quattro tappe che ci portano sui luoghi e sentieri di San Francesco da La Verna a Greccio, tra foreste millenarie, vallate e borghi ricchi d'arte e di storie. E' una proposta per chi vuole sentirsi pellegrino o semplicemente camminare alla scoperta di orizzonti nuovi. Vogliamo ritrovare il piacere del cammino lento con tappe attorno ai 20 km, sostando ad ogni fonte di bellezza, storia, curiosità ma con lo zaino in spalla con le nostre poche cose per imparare a distinguere l'essenziale dal superfluo.

Accompagna Alfonso

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 1 marzo

[Vedi la scheda del trek](#)



UMBRIA

IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO: SECONDA TAPPA CITTÀ DI CASTELLO-ASSISI

da mercoledì 3 maggio a venerdì 5 maggio



Trek itinerante

Seconda di tre tappe che ci portano sui luoghi e sentieri di San Francesco da La Verna a Greccio, tra foreste millenarie, vallate e borghi ricchi d'arte e di storie. E' una proposta per chi vuole sentirsi pellegrino o semplicemente camminare alla scoperta di orizzonti nuovi. Vogliamo ritrovare il piacere del cammino lento con tappe attorno ai 20 km, sostando ad ogni fonte di bellezza, storia, curiosità ma con lo zaino in spalla con le nostre poche cose per imparare a distinguere l'essenziale dal superfluo. Accompagna Francesca A.

[Vedi la scheda del trek](#)



CAMPANIA

AZZURO CILENTO

da domenica 28 maggio a sabato 3 giugno



Trek residenziale

Frequentiamo da anni questo lembo di Cilento per camminare lungo le sue coste, bagnarci nel suo mare e conoscerne il ricco patrimonio storico e naturalistico. Alloggeremo in un agriturismo dove potremo apprezzare i gusti tipici della cucina mediterranea, nel Comune di Pollica. Ora abbiamo un motivo in più per tornarci: la nostra presenza sarà anche un omaggio alla memoria di Angelo Vassallo, il sindaco pescatore, che ha pagato con la vita le sue infinite battaglie per l'integrità di questo ambiente che potremo goderci in tutta la sua naturale bellezza.

Accompagna Anna C.

[Vedi la sched del trek](#)



MARE E MONTI CON IL "CAMMINI DI FERRU DI A CORSICA"

da domenica 28 maggio a martedì 6 giugno



Trek residenziale

Per le Ferrovie della Corsica, in corso Cammini di ferru di a Corsica, s'intende una rete di linee ferroviarie a scartamento metrico, che collegano tra loro i due capoluoghi dipartimentali della Corsica, Ajaccio e Bastia, e la costa della Balagne, con le località di Calvi e Isola Rossa.

Il "camini di a ferru di a Corsica" sarà il nostro mezzo di trasporto. Da Bastia con un lungo percorso panoramico raggiungeremo le montagne della parte centrale della Corsica. Presso la foresta di Vizzavona la linea ferroviaria incontra il GR20, il mitico sentiero nel cuore del Parco Regionale Corso, che attraversa magnifici paesaggi selvaggi all'interno dell'Isola, da sud a nord, sullo spartiacque dell'isola.

Il sentiero accoglie ogni anno 12.000 escursionisti esperti e improvvisati, pronti a cimentarsi sui suoi dislivelli, 200 km, 16 tappe di cui alcune molto impegnative; non è un caso che la metà degli escursionisti desista non terminando il percorso. A Vizzavona ci misureremo con percorsi ad anello percorrendo tratti del GR20.

Infine da Vizzavona il treno ci porterà a Calvi, sulla costa della Balagne. A Calvi, l'île Rousse, Algajola, percorreremo sentieri che ci permetteranno di visitare i paesini costieri della Balagne con un occhio sempre rivolto al mare. Accompagna Adriano

[Vedi la sched del trek](#)



TOSCANA

DALLE CRETE SENESI ALLA VAL D'ORCIA

da mercoledì 31 maggio a domenica 4 giugno



Trek itinerante con bagaglio trasportato

Le "Crete" di Siena, paesaggio collinare, con calanchi bianchi e campi coltivati, sono state sin dal Medioevo percorse da condottieri, pellegrini e pastori. Vedremo filari di cipressi, vigneti, greggi e poi pievi e cascinali sorti in tutte le epoche. Visiteremo abbazie e antichi borghi, come quello prestigioso di Montalcino, con la sua possente rocca trecentesca, dai cui bastioni sarà possibile spaziare con lo sguardo e la fantasia, tra il Monte Amiata fino alla Maremma; cammineremo nella verde Val d'Orcia fino alla Piazza della Libertà di San Quirico d'Orcia, che ci accoglierà con la imponente Collegiata (con interni di pregio gotico-romanici) e i suoi leoni stilofori. Potremo visitare l'Abbazia di Monte Oliveto Maggiore e, per chi lo vorrà, assistere ai Vespri. Ed infine raggiungeremo Monticchiello, borgo medievale poco conosciuto ai più, ma le cui viuzze con le loro curiosità, ed un capolavoro d'arte italiana del XII° secolo, vi lasceranno estasiati. Il tutto facendo onore all'ottima cucina e al vino di questa bella regione.
Accompagna Mario.

[Vedi la scheda del trek](#)



EMILIA-ROMAGNA TOSCANA LA VIA DEGLI DEI

da martedì 6 giugno a domenica 11 giugno

Trek itinerante con bagaglio trasportato

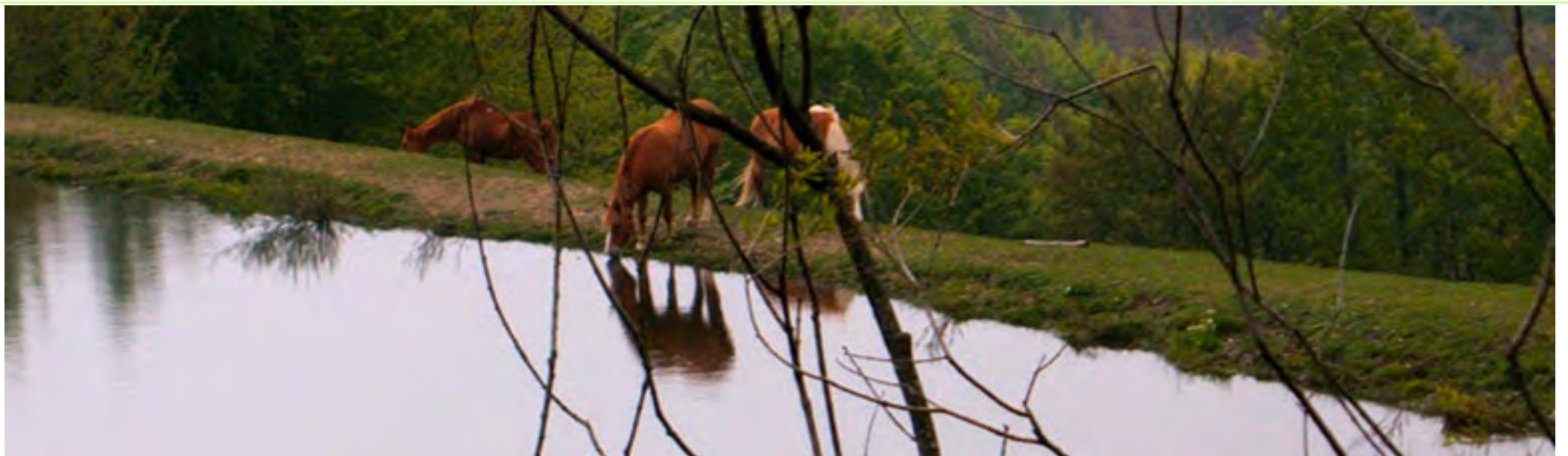
Firenze è là, dietro l'Appennino, distesa nella valle dell'Arno. La sua chiara bellezza non è fatta soltanto di monumenti. Il verde degli ulivi e dei cipressi sono un invito. L'aria dolce e la luce coccolano gli occhi e ti avvolgono. Gli ulivi mutano di colore nella brezza, ma lungo la via anche il camminante cambia pelle. Percorrendo i sentieri e le antiche strade verso Firenze ti scrolli di dosso il rosso dei mattoni, il cielo lattiginoso e le nebbie.



Cambiano anche i sapori, di qua le tagliatelle, di là invece la ribollita. Cambia la parlata; già vicino allo spartiacque, senti suoni più aspirati e schietti. Per meglio gustare la diversità dei luoghi, bisogna percorrere lo spazio che divide Bologna da Firenze, a piedi, per molte ore, prendendo confidenza con le cose vedute per strada da Piazza Maggiore a Piazza della Signoria: l'arenaria rossa del Contrafforte Pliocenico ricca di fossili, le antiche fornaci di calce a Piana degli Ossi, la Strada Romana presso il passo della Futa, il Mugello, l'Eremo di Monte Senario, le Ville toscane dagli alti muri perimetrali. La leggenda si intreccia con la storia, tanto da rendere una loro separazione difficile. Colpa delle molte tracce lasciate dall'uomo lungo il percorso che stimolano la fantasia? Ci sarà più spazio per le disquisizioni storico archeologiche la sera. Anche le 35 minuti spesi in treno per il ritorno, serviranno a comprendere quanto sia importante non avere fretta. Accompagna Adriano

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 20 aprile

[Vedi la scheda del trek](#)



EMILIA-ROMAGNA, TOSCANA

LA VIA VANDELLI

da sabato 10 a martedì 13 giugno

Trek itinerante

Questa antica via percorre le valli dell'Appennino modenese, scavalca il crinale Tosco-Emiliano, attraversa le Alpi Apuane e scende verso il Tirreno. Capolavoro di ingegneria civile del Settecento, attraversa un territorio ricco di castelli e borghi medievali, e molto vario dal punto di vista ambientale: cammineremo nelle faggete, nei boschi di abeti, attraverseremo le cave di marmo, scenderemo verso il mare. Torneremo indietro di trecento anni, quando da qui passavano carrozze, viandanti e ... briganti. E' dunque un

percorso di grande interesse culturale ed escursionistico, vario e particolarmente panoramico.
Accompagna Andrea L.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 20 aprile

[Vedi la scheda del trek](#)



MAROCCO

FEZ E LA FORESTA DI CEDRIDEL MEDIO ATLAS

da venerdì 17 a sabato 25 giugno

Trek itinerante con bagaglio trasportato

Un viaggio estivo per conoscere il Nord del Marocco, le popolazioni berbere che vi abitano e vivere immersi nella sua splendida natura. L'Atlas è la dorsale che attraversa tutto il paese, assumendo a Nord-Est il nome di Medio Atlas, dolci pendii e boschi di cedri. Da Fez, la più antica delle città imperiali con la sua medina Patrimonio dell'UNESCO, ci si sposta verso Ain Leuh, nel Parco Nazionale d'Ifrane, nel cuore del Medio Atlas. Giornate di trek e passeggiate, fra foreste di cedri, laghi, colline e villaggi berberi. Incontro e condivisione con le famiglie berbere del Nord e visita alle cooperative femminili e ai progetti locali di sviluppo.
Accompagna Beloyanna

[Vedi la scheda del trek](#)



TOSCANA

ISOLA DI CAPRAIA

Venerdì 23 giugno a martedì 27 giugno



Trek residenziale

Capraia è la terza isola dell'arcipelago toscano, dopo Elba e Giglio. Il nome può derivare dalla latinizzazione di una antica radice etrusca dove la parola "Kapa" significa pietra, luogo pietroso. Capraia è un'isola di origine vulcanica, l'ambiente è selvaggio, dominato dalla macchia mediterranea ed è tutelato da un Parco Nazionale. E' il regno dei mufloni e degli escursionisti. Per la mitologia è nata dalla perla di una dea caduta nel Tirreno. Accompagna Sandro

[Vedi la scheda del trek](#)



PIEMONTE

I VALDESI E I LORO VALLI

giovedì 29 giugno a domenica 2 luglio

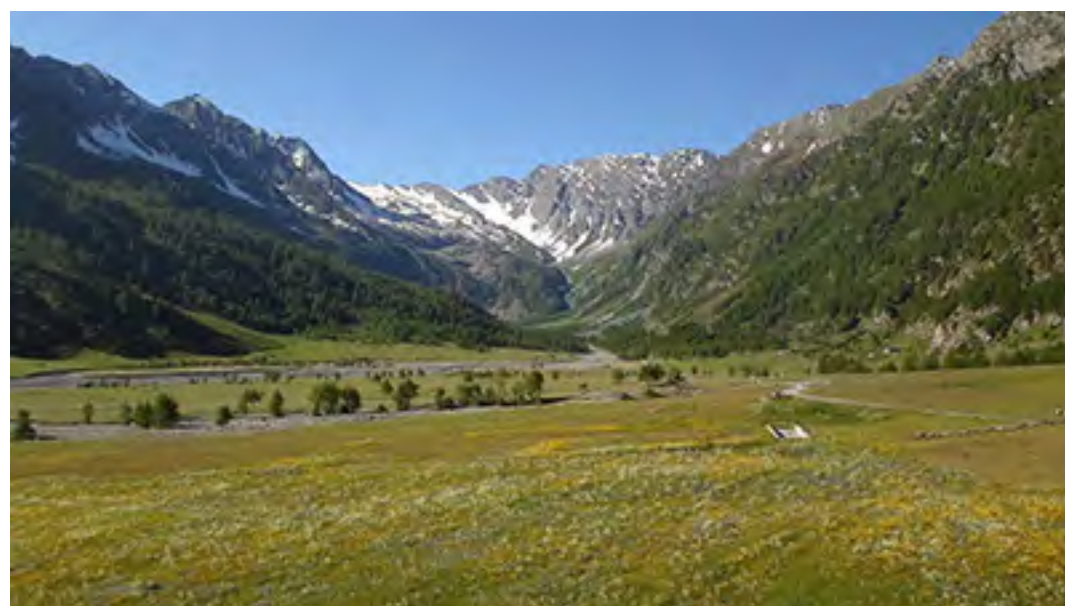
Trek residenziale

Le Valli Valdesi costituiscono un territorio ben delimitato, a Ovest di Torino e confinante con la Francia, dove un "popolo" definito dalla sua fede è stato confinato per motivi storico-politici e religiosi fino al 17 febbraio 1848, quando Carlo Alberto concesse i diritti civili a valdesi ed ebrei. Visiteremo il cuore di questi luoghi, Torre Pellice e i suoi dintorni, dove si trovano il Museo Valdese, la Casa Sinodale, il Tempio Valdese più importante della Val Pellice ecc. Sarà quindi un'occasione per approfondire la storia e le tradizioni dei Valdesi, ma



anche per gettare uno sguardo sulle montagne e sulle valli confinanti.
Accompagna Valentina.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 30 aprile
[Vedi la scheda del trek](#)



KOSOVO, ALBANIA E MONTENEGRO

CAMMINARE NEL CUORE DEI BALCANI

da sabato 1 a domenica 9 luglio

Trek itinerante con bagaglio trasportato

Cammineremo nelle Alpi Dinariche sui sentieri della Val Rugova (Kosovo), sulle catene di Babino Polje in Montenegro e poi Theth in Albania. La bellezza dei luoghi è struggente e il "rumore" della natura poco antropizzata si alterna fra il fragore delle cascate, il silenzio delle alte quote e il parlare dei boschi estivi. L'incontro con forme antiche di cultura e l'ospitalità delle genti di montagna albanesi, montenegrine e kosovare, diverse e uguali fra loro, che d'estate vivono negli alpeggi sarà un'esperienza indimenticabile. Tutto ciò è stato reso possibile grazie all'impegno del Tavolo Trentino per il Kosovo e del



CAI-SAT che hanno aperto nuovi itinerari che parlano di pace e di sviluppo durevole per queste aree, che in un recente passato furono martoriate dalla guerra civile. Il percorso si sviluppa in 190 km di cui ne percorreremo 110 a piedi (80 km di trasferimento), con un dislivello totale in salita di 5200 m e in discesa di 5600. Nostro partner locale è la ONG Rugova Experience, che si prefigge di creare offerte turistiche che contribuiscano positivamente all'economia delle comunità locali minimizzando forme di turismo che implicino un impatto negativo sull'ambiente. Per questo alloggeremo in guesthouses, rifugi e baite di pastori e gusteremo piatti della tradizione locale. Lo spirito di adattamento oltre a un buon allenamento, è indispensabile. Non mancheranno gli aspetti culturali e visiteremo oltre ai villaggi e cittadine, il Monastero di Decan Patrimonio UNESCO. Accompagna Davide C.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 15 maggio

[Vedi la scheda del trek](#)



IRLANDA

OCEANO E FIORI DEL BURREN

da sabato 1 al sabato 8 luglio

Trek residenziale

Il nostro è un viaggio nel Burren, paesaggio di roccia lastricato da mille fenditure che in luglio traboccano di fiori di ambiente alpino, artico ma anche mediterraneo. Il panorama sull'oceano è a perdita d'occhio con scogliere vertiginose raggiunte da onde altissime. Dalla città di Galway, vivace e cosmopolita dove ad ogni angolo risuona musica, ci sposteremo alle isole Aran, propaggini del Burren nell'oceano a 40 minuti dalla costa, custodi della cultura gaelica, famose per i maglioni tradizionali, il dedalo di muretti in pietra e i grandiosi monumenti dell'età del ferro. Poi saremo a Doolin, piccolo centro della costa, da dove esploreremo le leggendarie scogliere di Moher e



l'entroterra con gli incredibili ondulati paesaggi del Burren National Park. Doolin è uno dei centri nevralgici della musica tradizionale irlandese! E così non mancheremo di passare qualche serata nei suoi allegri pub con musica dal vivo e birra. Accompagna Lelia

[Vedi la scheda del trek](#)



LIGURIA

LEVANTO - NON SOLO LE CINQUE TERRE

da giovedì 6 a lunedì 10 luglio

Trek residenziale

Questo territorio racconta gli antichi amori ed i contrasti tra mare e cielo, costa e interno, tra boschi e fuoco, ed ancora, tra uomo e roccia, borghi e selve, tra percorsi e luoghi inaccessibili. Sorprende la spettacolarità dei panorami costieri e l'ampiezza delle vedute dalle cime sul mondo sottostante, che si tuffa in un mare quasi senza limite. Si può provare a leggere la storia che trapela dai numerosi insediamenti e luoghi sacri, collegati da una



labirintica rete di antiche mulattiere e sentieri, dalla loro particolare disposizione e struttura, legate alla posizione, al clima, alle coltivazioni tradizionali, alle attività ed al culto.
Accompagna Marco G.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 30 maggio
[Vedi la scheda del trek](#)



ITALIA, SVIZZERA E FRANCIA

MONTE BIANCO: DA CHAMONIX A COURMAYEUR

da mercoledì 26 domenica 30 luglio 2017

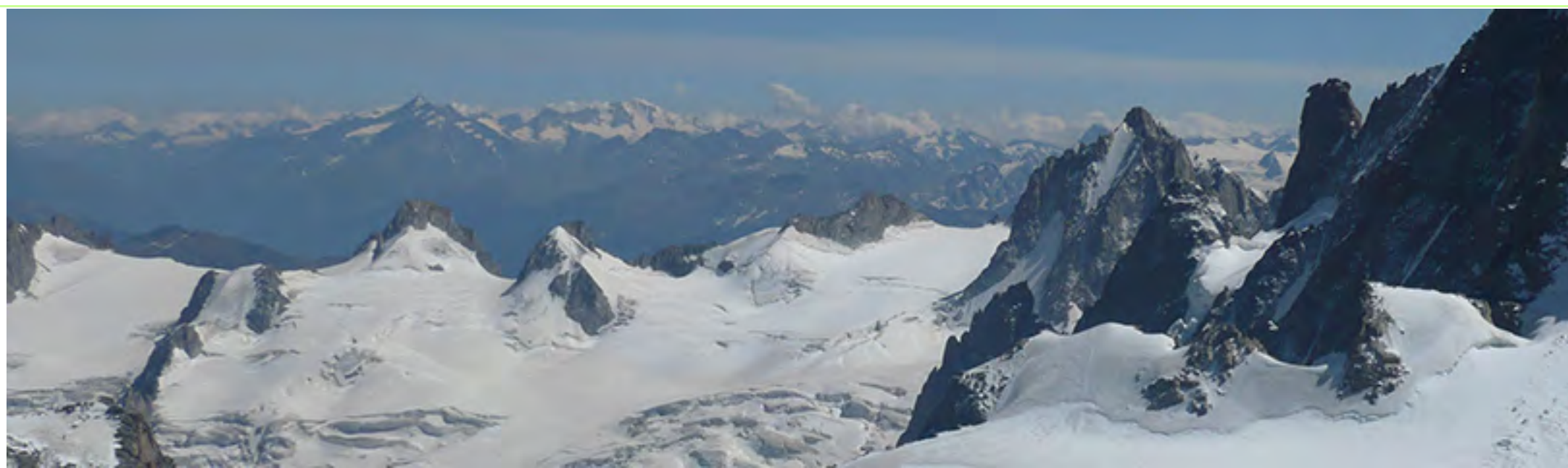
Trek itinerante

Vogliamo conoscere ed ammirare la montagna più alta d'Europa, con i ritmi scanditi dal passo dopo passo di un bellissimo trek. Percorreremo 5 delle 10 tappe che consentono il giro completo, sui versanti francese e italiano, attraverso valli e passi, al cospetto di rocce e ghiacciai, sempre su sentieri ben segnati. La grande apertura dei panorami, l'altezza delle cime, la vista dei

ghiacciai lo rendono un grande classico che ogni amante della montagna deve fare
Accompagna Maria

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 30 aprile

[Vedi la scheda del trek](#)



ITALIA

IL TOUR DEL PARCO NAZIONALE DEL GRAN PARADISO

da mercoledì 2 domenica 6 agosto

Trek itinerante

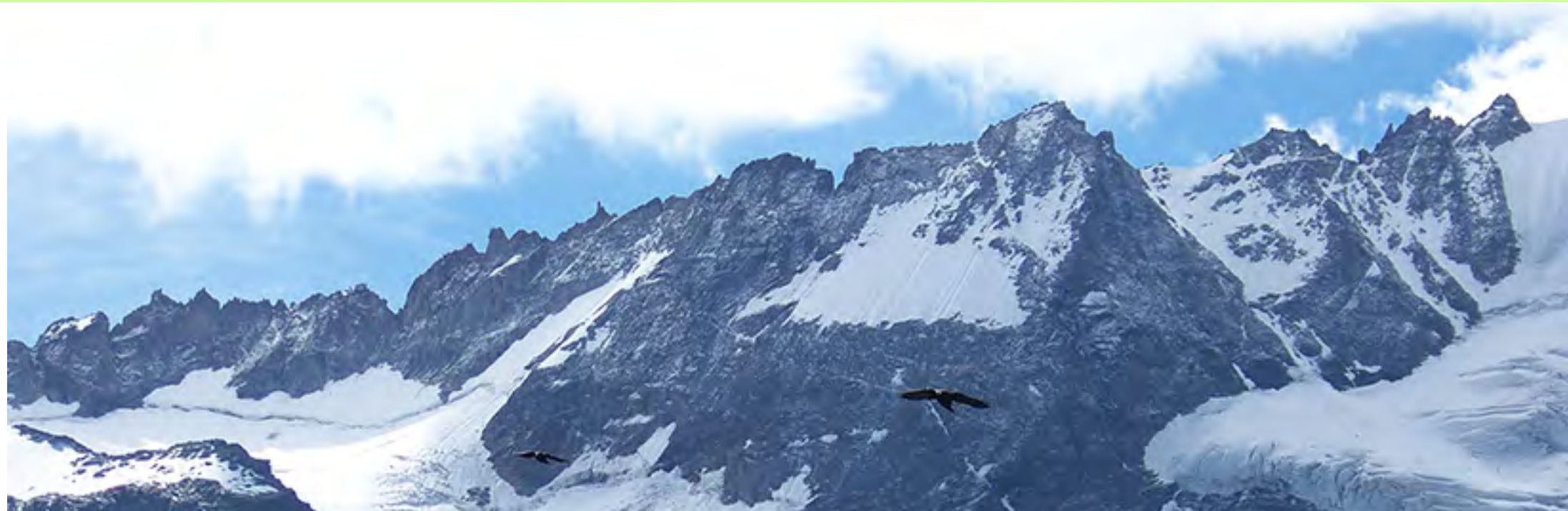
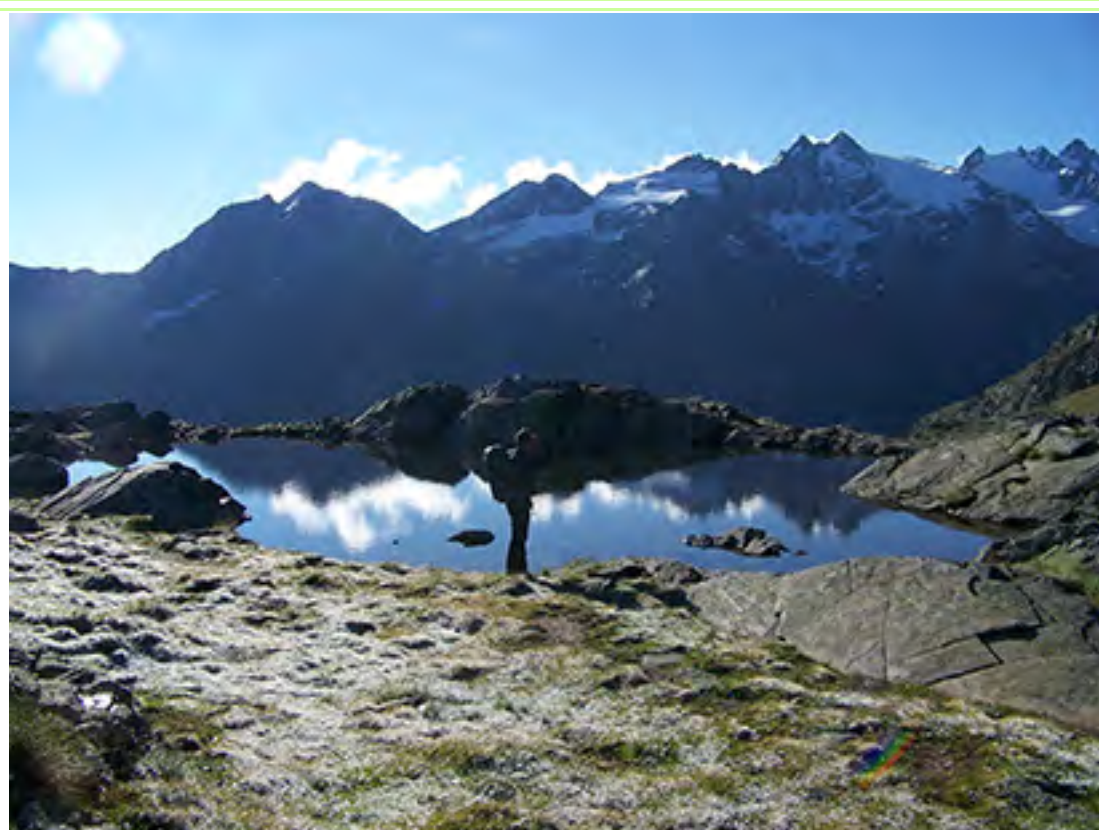
Nel cuore delle alpi Gaie, un bel tour ad anello che collega la Valsavarenche e la Val di Rhêmes, si avventura negli ambienti più potenti del Parco nazionale del Gran Paradiso, il primo istituito in Italia per proteggere lo stambecco. Il trek di 5 giorni segue le Reali Strade di Caccia e le traversate panoramiche tra laghi e ghiacciai, in una natura stupenda. I sentieri sono forieri di incontri ravvicinati con gli stambecchi, le marmotte, i camosci, ma anche volpi e gipeti. Se alzando gli occhi al cielo vedrete un'aquila reale fermatevi ad ammirarne l'eleganza e la potenza. L'alta valle si apre in uno scenario di morene e ghiacciai che scendono dalla Granta Parei e dalle altre vette della zona: il bianco dei seracchi dei ghiacciai di Lavessey, Fond e Tsantelèina



contrasta con il verde dei vastissimi boschi sottostanti di abete rosso e larice. Non è necessario essere degli alpinisti per salire lungo i sentieri che si avvicinano ai ghiacciai. Sulla destra orografica della media Val di Rhêmes si aprono i due valloni, ricoperti da splendidi boschi di conifere in basso e da verdeggianti pascoli più in alto. La zona è particolarmente interessante per la fauna, dalle marmotte, sempre all'erta verso ogni possibile pericolo, a stambecchi e camosci al pascolo sui prati di alta quota e ai numerosissimi uccelli dei boschi del fondovalle.
Accompagna Adriano

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 15 giugno

[Vedi la scheda del trek](#)



INTORNO AL GRAN COMBIN

da domenica 6 a sabato 12 agosto



Trek itinerante

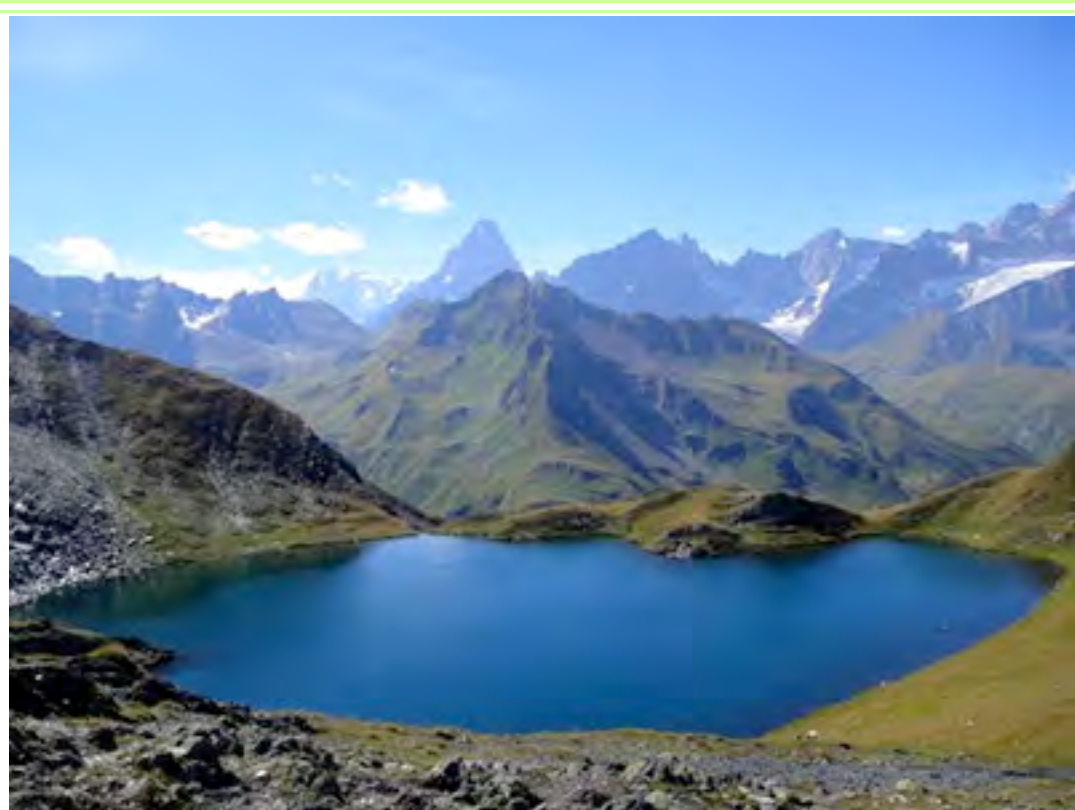
Gli oltre 4000 m del massiccio del Gran Combin si innalzano nel mare di ghiaccio delle Alpi Pennine ma resta ingiustamente uno sconosciuto a fianco del Monte Bianco, del Cervino e del Rosa.

Il Trek (o Tour) del Combin è uno dei più bei trek delle Alpi, si sviluppa ad anello rimanendo in quota e al cospetto del vasto massiccio glaciale del gruppo del Gran Combin, prevede 6 tappe di cui 2 sul versante Italiano e 4 sul versante Svizzero. Il trek è da considerarsi "escursionistico" per tutte le tappe ma è comunque consigliabile essere ben allenati per i dislivelli da affrontare e la durata delle tappe; il percorso è sempre ben segnato e si svolge su sentieri ben mantenuti, e nei rari posti dove è necessario, ben attrezzati in piena sicurezza.

Accompagna Andrea L.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 23 giugno

[Vedi la scheda del trek](#)



TRENTINO - ALTO ADIGE

VIPITENO E LE SUE MONTAGNE

da mercoledì 9 a domenica 13 agosto

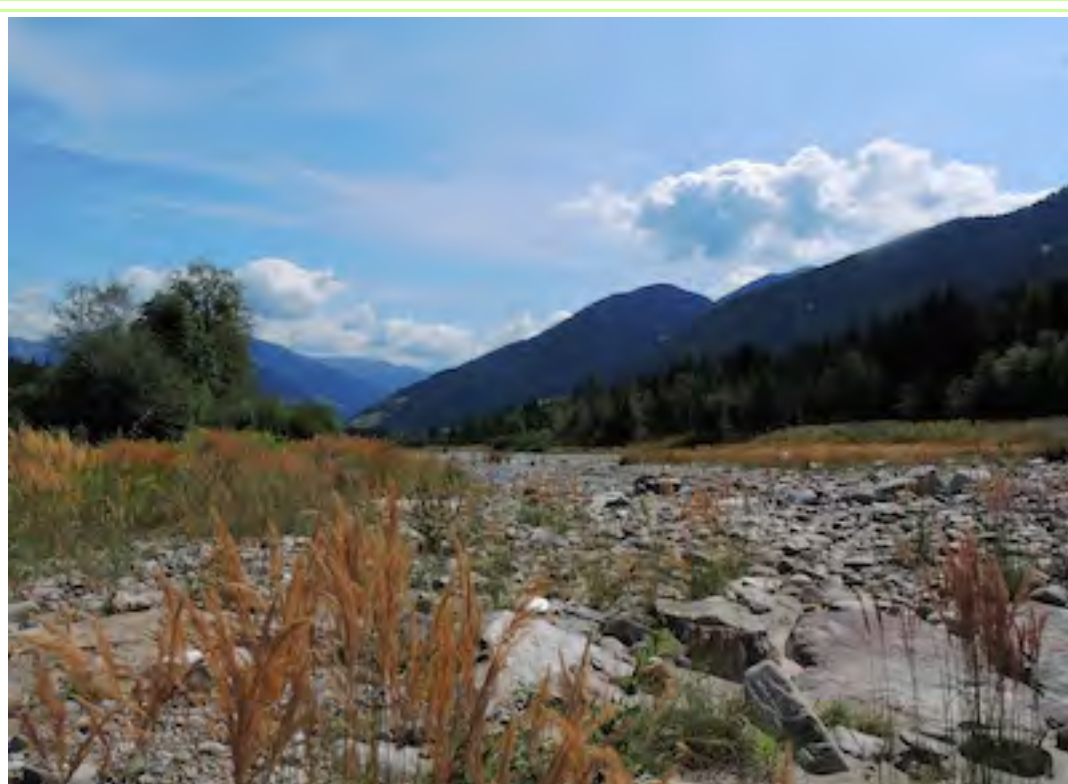


Trek residenziale

Ai confini con l'Austria o con la Val Passiria, percorreremo alcuni dei sentieri che si snodano intorno alla conca di Vipiteno sul Monte Cavallo, lungo la Val Ridanna e la Valle di Racines sulle cime montuose che spuntano tra estesi boschi e pascoli alpini. Un angolo di territorio dove si respira ancora aria di tradizione e le antiche usanze alpestri non sono solo un ricordo. La sera cercheremo sollievo dalle lunghe camminate in locali tradizionali dove si gustano le specialità locali in ambienti confortevoli e accoglienti. Accompagna Francesca A.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 1 maggio

[Vedi la scheda del trek](#)



ITALIA

DAL ROSA AL CERVINO SUI SENTIERI DEI WALSER

da venerdì 11 a giovedì 17 agosto

Trek itinerante

Dal limite dei ghiacciai del Monte Rosa al cospetto di sua Maestà il Cervino, dalla Val D'Ayas alla Valtournenche, percorrendo i sentieri dei Walser, lungo un suggestivo itinerario ad anello che ci permetterà di gustare lo splendore di questo angolo di Valle d'Aosta. Nel medioevo, i coloni Walser, aiutati da condizioni climatiche particolarmente favorevoli che resero possibile la sopravvivenza anche a quote elevate, si insediarono nei luoghi di questo trek alla ricerca di nuovi pascoli e di terre incolte. Le sfumature di bianco dei

ghiacciai e il verde intenso e variegato delle valli sono la giusta cornice alla bellezza delle cime e a questa terra meravigliosa, unica al mondo, paesi di pietra, valichi con panorami straordinari, cascate e prati rigogliosi, ogni passo riserva una sorpresa. L'incontro con le marmotte, i camosci e gli stambecchi è quasi scontato tra le valli e i crinali di roccia della vallée. Accompagna Adriano M.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 5 giugno

[Vedi la scheda del trek](#)



ITALIA

AL VISO NON VOLTARE IL VISO

da venerdì 11 a lunedì 14 agosto



Trek itinerante

Il Monviso (m 3841), considerato a lungo la montagna più alta delle Alpi, con la sua bella forma piramidale facilmente visibile dalle pianure piemontese e lombarda, il padre del fiume più lungo d'Italia, l'unica vetta alpina presente nei mappamondi quattrocenteschi, nominato da Virgilio, Dante, Petrarca.....

Noi gireremo attorno a questo "Re di pietra", come tutti gli amanti di alta montagna devono fare una volta nella vita. Sarà il modo per percepirne la maestosità, goderne la vista e i panorami, camminare per 4 giorni attorno ai 2500m, godendo i tramonti dai provvidenziali rifugi, attraversando una grande varietà di ambienti, pini cembri dei boschi, specchi d'acqua e laghetti, sassi e rocce, senza disturbare marmotte, camosci e stambecchi.

Accompagna Valentina

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 1 luglio

[Vedi la scheda del trek](#)



GRECIA

ISOLA DI IKARIA, ANARCHICA ED ECCENTRICA

da sabato 26 agosto a domenica 3 settembre



IKARIA è un'isola eccentrica e dallo spirito intatto, poco contaminata dalla modernità e dallo sviluppo turistico. Famosa per i paesaggi spettacolari, le spiagge incontaminate e la longevità della popolazione che la abita. L'ambiente è caratterizzato da gole profonde rivestite da fitti boschi, sorgenti e corsi d'acqua ma anche rocciosi paesaggi lunari e spiagge nascoste. Non mancano sorgenti termali utilizzate sin dall'antichità.

Secondo il mito, Ikaria è anche il luogo dove nacque Dionisio, il dio del vino, e lo stesso Omero nei suoi poemi ci ricorda che proprio qui il vino fu prodotto per la prima volta al mondo.

Note sulla nostra esplorazione e i trek:

L'isola è lunga circa 80 km da nord-est a sud-ovest. E' percorsa longitudinalmente nella parte centro-meridionale da una catena montuosa che supera anche i 1000 m d'altezza. Il programma sarà articolato in trek itineranti per i primi 4 giorni e trek residenziali nei rimanenti. I percorsi potranno variare dai 10 ai 17 km, con dislivelli massimi di 700 m. Saranno necessari trasferimenti in bus o mezzi privati per collegare i vari percorsi.

Maggiori informazioni saranno disponibili quando il gruppo di lavoro avrà terminato i lavori.

Per saperne di più:

http://www.visitikaria.gr/en/ikaria/geography-geology#.WJdVL_ljb3c

Accompagna Daniela C.

[Vedi la scheda del trek](#)



TRENTINO - ALTO ADIGE

SENTIERI SELVAGGI NELLA ALPI DI FIEMME, LATEMAR E PALE DI SAN MARTINO

da mercoledì 30 agosto a domenica 3 settembre



Trek residenziale

La verde Val di Fiemme è la naturale porta di accesso alle pallide pareti delle Dolomiti trentine, ma è anche essa stessa circondata da montagne meno note ma non per questo di minor valore ambientale e paesaggistico, anzi. Pur trattandosi di itinerari su sentieri segnalati, i percorsi proposti intendono valorizzare l'ambiente incontaminato e solitario. Sono percorsi mediamente lunghi e poco frequentati la cui fatica di approccio è ampiamente ripagata dai panorami e dall'ambiente selvaggio che alcune zone conservano più di altre pur in vicinanza di alpeggi e vallate abitate. Gli itinerari sono adatti ad escursionisti esperti in grado di muoversi su qualunque tipo di terreno anche bagnato, brevi tratti esposti compresi.
Accompagna Mauro Bertoni

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 30 giugno

[Vedi la scheda del trek](#)



SPAGNA

TENERIFE: L'ISOLA DAI MILLE VOLTI

da 2 sabato a sabato 9 settembre

Trek residenziale



Un vulcano, montagne, spiagge gialle, spiagge nere, distese di lava che finiscono in mare, piscine naturali tra le rocce, architetture moderne ed edifici coloniali, un sito patrimonio UNESCO, una ricca cucina... Questa è Tenerife, universalmente conosciuta come l'isola della varietà e dell'eterna primavera, che sorprende per i suoi mille volti, il suo clima, le sue acque e l'autenticità di alcuni suoi angoli. Vi si contano circa 600 specie endemiche di flora e fauna, ma non bisogna dimenticare neppure la sua storia e la sua cultura, eredità degli abitanti originari, i Guanches, nè i suoi straordinari paesaggi vulcanici. Per queste e altre ragioni, oggi, più della metà del territorio dell'isola è zona protetta e ci sono quasi 50 siti di interesse ecologico, il più famoso dei quali è il Parco Nazionale del Teide, la più alta montagna di Spagna con i suoi 3.718 metri. Il clima di settembre, intorno ai 25/26 gradi, ben si presta a camminare e la fine dell'estate è, senz'altro, il periodo migliore per fare il bagno. Accompagna Gianni G.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 10 luglio

[Vedi la scheda del trek](#)



FRANCIA, ITALIA

**DAL MONTE BIANCO A VENTIMIGLIA
2017 - DALL'UBAYE ALLA VAL STURA**

da sabato 2 a venerdì 9 settembre

Trek itinerante

Con la terza tappa proseguiamo l'attraversata alpina che in sei anni ci porterà dal Monte Bianco a Ventimiglia attraverso parchi e regioni delle Alpi



Occidentali. 2017: al Col Girardin lasciamo il Queyras e entriamo nella valle dell'Ubaye. Lambiremo le guglie del massiccio dello Chambeyron e attraverso Larche, al Pas de La Cavale entriamo nel Parco del Mercantour. Oltrepassando più volte il confine italo-francese al Col de Pouriac e al Col Fer termineremo il trek in Alta Val Stura. Di nuovo fortificazioni, alpeggi, laghi dalle acque dai mille colori e cime maestose accompagneranno il nostro cammino. Dai Bagni di Vinadio in pulmino o taxi a Cuneo e rientro nelle rispettive sedi.

Accompagna Renato

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 15 luglio

[Vedi la scheda del trek](#)



BHUTAN

NEL REGNO DELLA FELICITÀ

da sabato 21 ottobre a sabato 3 novembre



Viaggio/trek itinerante

Il regno del Bhutan, ovvero Druk Yul (la Terra del Drago) si trova nell'estremo nord-est dell'India e al confine con la Cina (Tibet), racchiuso fra alte valli dell'Himalaya con le cime a più di m 7000. Il Bhutan è un angolo appartato del Tibet rimasto indipendente e di accesso molto difficile. La tradizione buddista è ancora intatta e la dura vita di montagna non è molto cambiata nel corso dei secoli. Per i visitatori occidentali, il Bhutan evoca Shangri-La, paradiso perduto che avventurieri ed esploratori provarono a trovare. Esploreremo la parte ovest del Bhutan e il nostro trek ci porterà in sei giorni da Paro, dove Bertolucci ha filmato il Piccolo Buddha, a Thimphu (capitale del paese). Visiteremo le due città e, tra l'altro, i loro Dzong, una tipica costruzione diffusa nel Bhutan con funzione di centro religioso, militare, burocratico, amministrativo e sociale. Durante il trek, seguiremo il Druk Path, che ci porterà a circa m 4200 e attraverseremo villaggi tradizionali, foreste fitte di Blu Pine o di rododendri, incontreremo pastori con i loro yak e visiteremo diversi monasteri buddisti.

Accompagna Jean-Marie

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 31 luglio

[Vedi la scheda del trek](#)



Calendario dei prossimi Grandi Trek di Trekking Italia, sezione dell'Emilia Romagna

[13-18 aprile](#)

[TREK E YOGA A TORRI SUPERIORE IN ECOVILAGGIO \(Liguria\) \(Completo\)](#)

[Jean-Marie](#)

[13-18 aprile](#)

[SAINT-TROPEZ E IL VAR \(Francia\) \(Completo\)](#)

[Valentina](#)

[23-30 aprile](#)

[LA COSTA SUD DI BOSA E IL SOPRAMONTE \(Sardegna\) \(Completo\)](#)

[Daniela](#)

25 aprile-1 maggio	ZIBIBBO E TERME NATURALI : IN PANTELLERIA (Sicilia) (Completo)	Eliana
28 aprile - 2 maggio	IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO 1° TRATTA: DA LA VERNA A CITTÀ DI CASTELLO	Alfonso
30 aprile- 7 maggio	LANZAROTTE: L'INFERNO E IL PARADISO IN UNA SOLA ISOLA (Spagna) (completo)	Beloyanna
3 - 6 maggio	IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO 2° TRATTA: DA CITTÀ DI CASTELLO A ASSISI	Francesca A.
3 - 9 maggio	EGADI: MARETTIMO, LEVANZO E FAVIGNANA (Sicilia) (Completo)	Renato
17 - 21 maggio	CAPRI E SOLO CAPRI (Campania) (completo)	Ombretta
28 maggio - 5 giugno	SENTIERO MARE E MONTI CON "IL CAMIN DI A FERRU DI A CORSICA" (Corsica)	Adriano
28 maggio - 3 giugno	AZZURO CILENTO (Campania)	Anna C.
31 maggio - 4 giugno	DALLE CRETE SENESI ALLA VAL D'ORCIA (Toscana)	Mario
31 maggio - 7 giugno	MAIORCA, MARE E SIERRA (Spagna) (Completo)	Valentina
2 - 5 giugno	SPOLETO - NORCIA LUNGO UN'ANTICA FERROVIA (Umbria) (Completo)	Maria
6 - 11 giugno	LA VIA DEGLI DEI (Emilia-Romagna, Toscana)	Adriano e Werner
10 - 13 giugno	LA VIA VANDELLI (Emilia Romagna, Toscana)	Andrea L.
17-25 giugno	FEZ E LA FORESTA DI CEDRI DEL MEDIO ATLAS (Marocco)	Beloyanna
23 - 27 giugno	ISOLA DI CAPRAIA (Toscana)	Sandro B.
24 giugno - 1 luglio	TREK E VELA ALLE ISOLE PONTINE (Lazio) (Completo)	Federica
29 giugno - 2 luglio	I VALDESI E I LORO VALLI (Piemonte)	Valentina
1-9 luglio	CAMMINARE NEL CUORE DEI BALCANI (Kosovo, Montenegro, Albania)	Davide C.
1-8 luglio	OCEANO E FIORI DEL BURREN (Irlanda)	Lelia
6-10 luglio	LEVANTO - NON SOLO LE CINQUE TERRE (Liguria)	Marco G.
26 - 30 luglio	MONTE BIANCO: DA CHAMONIX A COUMAYEUR (Francia, Italia)	Maria B.
2 - 6 agosto	TOUR DEL GRAND PARADISO (Valle d'Aosta)	Adriano
5-20 agosto	LADAKH-TREK E YOGA SUL TETTO DEL MONDO (India) (Completo)	Beloyanna
6 - 12 agosto	INTORNO AL GRAND COMBIN (Italia, Svizzera)	Andrea L.
9 - 13 agosto	VIPITENO E LE SUE MONTAGNE (Trentino Alto Adige)	Francesca A.
11 - 17 agosto	DAL ROSA AL CERVINO SUI SENTIERI DEI WALSER (Valle d'Aosta)	Adriano
11 - 14 agosto	AL VISO NON VOLTARE IL VISO (Piemonte)	Valentina
26 agosto - 3 settembre	ISOLA DI IKARIA, ANARCHICA E ECCENTRICA (Grecia)	Daniela
30 agosto-3 settembre	SENTIERI SELVAGGI NELLE ALPI DI FIEMME (Trentino-Alto Adige)	Mauro
2 - 9 settembre	TENERIFE: L'ISOLA DAI MILLE VOLTI (Spagna)	Gianni G.
2 - 8 settembre	DAL MONTE BIANCO A VENTIMIGLIA: 2017, DALL'UBAYE ALLA VAL STURA (Francia, Italia)	Renato A.
4 - 11 settembre	ISOLA DI TILOS: UNA SORPRENDENTE GEMMA NEL DODECANESO (Grecia)	Daniela C.
9 - 16 settembre	SARDEGNA OCCIDENTALE: LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO	Eliana
9 - 17 settembre	AMORGOS: LA COMUNE SULL'ISOLA (Grecia)	Lelia
10 - 16 settembre	ABRUZZO - LA PROVINCIA DI TERAMO A 360° GRADI	Anna C.G.
16 -23 settembre	CAMMINARE IN ALBANIA	Beloyanna C.
11-17 settembre	LA RIVIERA DEI CEDRI (Calabria)	Arcangelo
16- 24 settembre	LISBONA E LA ROTA VICENTINA (Portogallo)	Mario
28 settembre - 1 ottobre	CRINALI DI LIBERTÀ (Emilia Romagna)	Vito
30 settembre - 7 ottobre	CIPRO: CROCEVIA FRA EUROPA, ASIA E AFRICA	Beloyanna C.
30 settembre - 7 ottobre	EOLIE SELVAGGE: LE SETTE ISOLE	Aurelio Geremia
1 -10 ottobre	DA SUBIACO A MONTECASSINO FRA LE ABBAZZIE (Lazio)	Maria B.
3 - 10 ottobre	LA VIA DEGLI DEI (Emilia Romagna, Toscana)	Adriano Marabini
21 ottobre - 4 novembre	DALL'INDIA ALL BHUTAN, NEL REGNO DELLA FELICITÀ (Bhutan)	Jean-Marie
21 - 26 ottobre	LA COSTIERA AMALFITANA (Campania)	Renato A.

Per prendere contatto con noi

TREKKING ITALIA EMILIA-ROMAGNA

Via dell'Inferno, 20B– 40126 Bologna

Da lunedì a venerdì 15.30 – 19.30, martedì, giovedì e sabato 10.00 – 12.00

Tel: 051 22 27 88 – Fax: 051 29 65 990

bologna@trekkingitalia.org

[Sito di Trekking Italia](#)

[Portale di Trekking Italia Emilia-Romagna](#)

[Pagina Facebook di Trekking Bologna](#)

[Pagina Facebook di Trekking Italia Modena](#)

[Pagina Facebook di Trekking Italia Ferrara](#)

© Penelope Felini