



TREKKING ITALIA

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



GT – MAIL

Trekmail numero 909

Settembre 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.
- Per partecipare ai trek, ai corsi e altre attività associative è obbligatorio essere socio di Trekking Italia e aver rinnovato la tessera per l'anno in corso.
- **LAST MINUTE** - Ci sono ancora alcuni posti disponibili per trek in

[SARDEGNA OCCIDENTALE](#): "Luoghi che lasciano il segno", accompagna Eliana dal 9 al 16 settembre

[CALABRIA](#): "La riviera dei cedri", accompagna Arcangelo dal 11 al 17 settembre

[EMILIA-ROMAGNA](#): "Crinali della libertà", accompagna Vito dal 26 ottobre al 1 settembre

[EMILIA-ROMAGNA - TOSCANA](#): "La via degli Dei", accompagna Adrianodal 3 al 8 ottobre

SARDEGNA OCCIDENTALE

I LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO

da sabato 9 a sabato 16 settembre



Trek residenziale

Dune di sabbia bianca, lagune costiere punteggiate di fenicotteri e aironi e lunghe spiagge da percorrere a piedi nudi. Nuraghe, megaliti, tombe di giganti e grotte testimoni nascosti del tempo da scoprire nella fitta macchia mediterranea. Villaggi e gallerie minerarie che sbucano tra rocce a picco sul mare raccontano di un passato recente fatto di sudore e duro lavoro e dell'antica storia geologica della zona. E poi boschi di lecci, cespugli spinosi e filari di eucalipti che spandono profumi esotici, e il mare cristallino del Sulcis al termine del cammino. Infine la splendida accoglienza in un agriturismo molto confortevole per apprezzare approfonditamente tutte le specialità enogastronomiche di questo angolo di Sardegna.

Accompagna Eliana

[Vedi la scheda del trek](#)



CALABRIA

LA RIVIERA DEI CEDRI

da lunedì 11 a domenica 17 settembre



Trek residenziale

La costa settentrionale tirrenica della Calabria per il particolare habitat, unico in Italia, è il luogo ideale per la coltivazione del cedro. Nella Bibbia è definito “il frutto dell’albero più bello” per questo i rabbini scelgono personalmente i frutti per i loro riti religiosi. Tutta la riviera è dominata dalle cime meridionali del Parco del Pollino che con i circa 2000 metri di quota creano un suggestivo paesaggio mare-monti in cui ci immergeremo percorrendo ben tre valli di corsi d’acqua ricchi di lussureggiante vegetazione, colture di erbe medicinali e cedraie tra cascate e limpide fresche acque. Salendo in quota sui contrafforti delle prime montagne e sulle colline pre-appenniniche godremo di spettacolari panorami sia verso la costa che verso l’interno del Parco. Non manca l’arte e la storia con il Castello Aragonese di Belvedere, gli oltre 300 murali della città di Diamante, il graffito preistorico del bue nella Grotta del Romito e vestigia romane, normanne e spagnole.
Accompagna Arcangelo

[Vedi la scheda del trek](#)

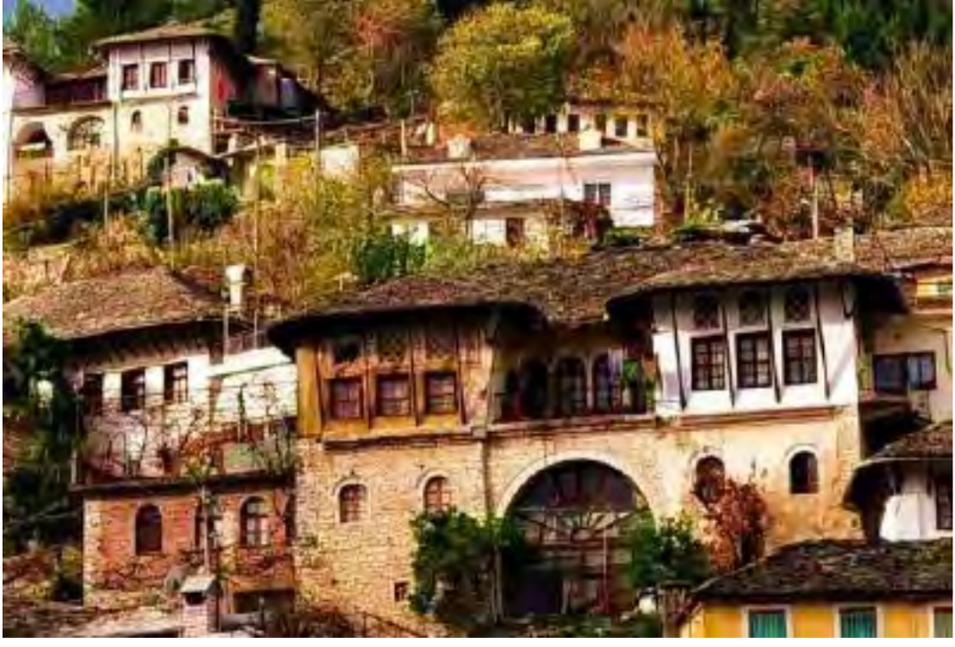


ALBANIA

CAMMINARE IN ALBANIA

da sabato 16 a sabato 23 settembre

Trek itinerante



Cammineremo nel profondo Sud dell'Albania, fuori dalle direttrici più frequentate che portano verso la Grecia o la Macedonia, in una specie di bolla di sapone dove il tempo si è fermato e solo da pochi anni gli abitanti si sono resi conto della loro ricchezza di siti naturali, storici e culturali. Dal passo Dhembel al canyon di Lengerica del Permet percorreremo in parte l'antica via carovaniera ottomana scoprendo i piccoli villaggi di montagna che ci ospiteranno, per poi scendere nella valle di Zagoria. Avremo l'opportunità di visitare anche tesori storico-culturali come Durazzo, Argirocastro e Berat, entrambe Patrimonio Unesco. La prima, il cui nome in greco significa Fortezza Argentata, è definita città-museo in quanto mostra nettamente l'incontro delle culture greca, romana, bizantina, turca e albanese. Berat, "raro esempio di città ottomana ben conservata" dimostra la pacifica convivenza di varie religioni nei secoli passati.

Accompagna Beloyanna

[Vedi la scheda del trek](#)



EMILIA ROMAGNA

CRINALI DI LIBERTÀ

da martedì 26 settembre a domenica 1 ottobre



Trek itinerante

Da Monte Belvedere a Monte Sole attraverso un territorio ricco di valli, di acque e di boschi, nobile nelle architetture e nei paesaggi, puntellato di borghi medievali ed edifici rurali che nella metà del secolo scorso furono muti testimoni di una violenza che calpestando leggi naturali e umane, infranse convenzioni e tabù. Questa terra accolse profughi e perseguitati, donò sostegno a prigionieri in fuga e protezione a giovani ribelli, offrì i suoi figli migliori a quelle brigate partigiane che si opposero alla violenza e all'arbitrio per affermare un futuro di dignità, di giustizia e di libertà. E nel corso di questo nostro cammino conosceremo le loro storie e renderemo omaggio alla loro generosità.

Accompagna Vito

[Vedi la scheda del trek](#)



EMILIA-ROMAGNA, TOSCANA

LA VIA DEGLI DEI

da martedì 3 a domenica 8 ottobre



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

[Vedi la scheda del trek](#)

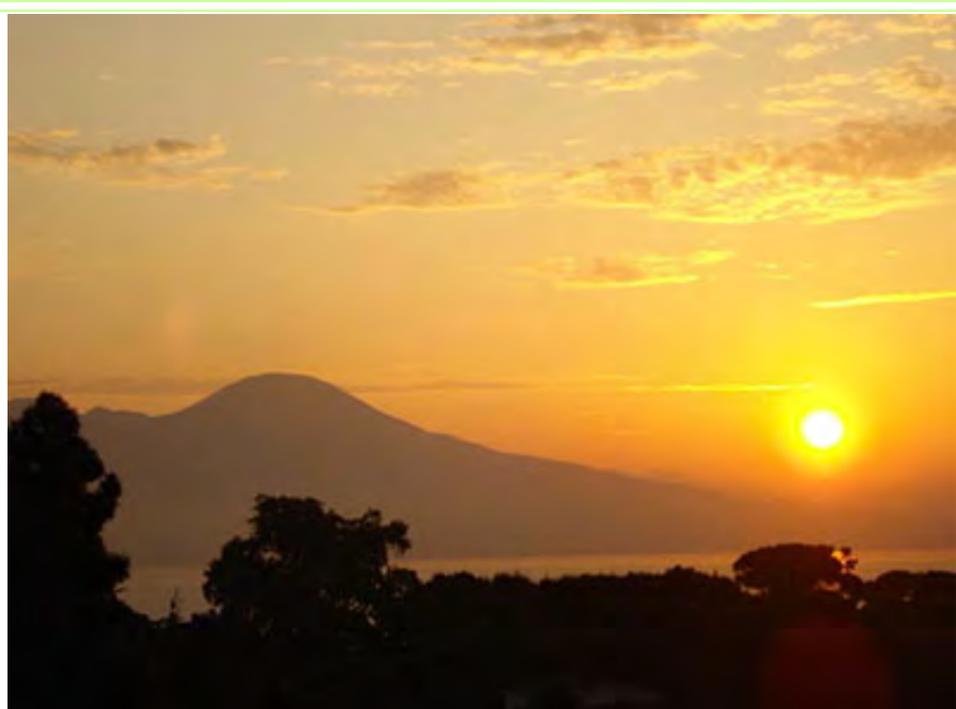




CAMPANIA

VESUVIO, ERCOLANO E LE VILLE DEL MIGLIO D'ORO

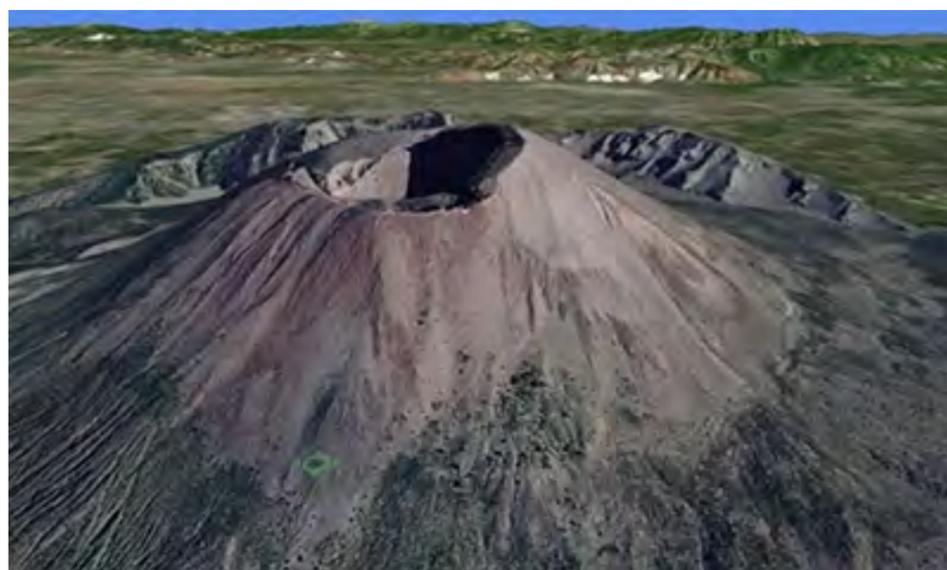
da venerdì 13 a martedì 17 ottobre



Trek residenziale

Sui sentieri del Vesuvio guidati da esperti per conoscerne le caratteristiche e i favolosi panorami, senza dimenticare gli scavi di Ercolano e quelli meno noti di Oplonti e di Boscoreale. Il Palazzo Mediceo di Ottaviano, confiscato alla malavita organizzata, ora sede dell'Ente Parco, e alcune ville borboniche del Miglio d'oro faranno conoscere realtà molto diverse. Accompagna Ombretta

[Vedi la scheda del trek](#)

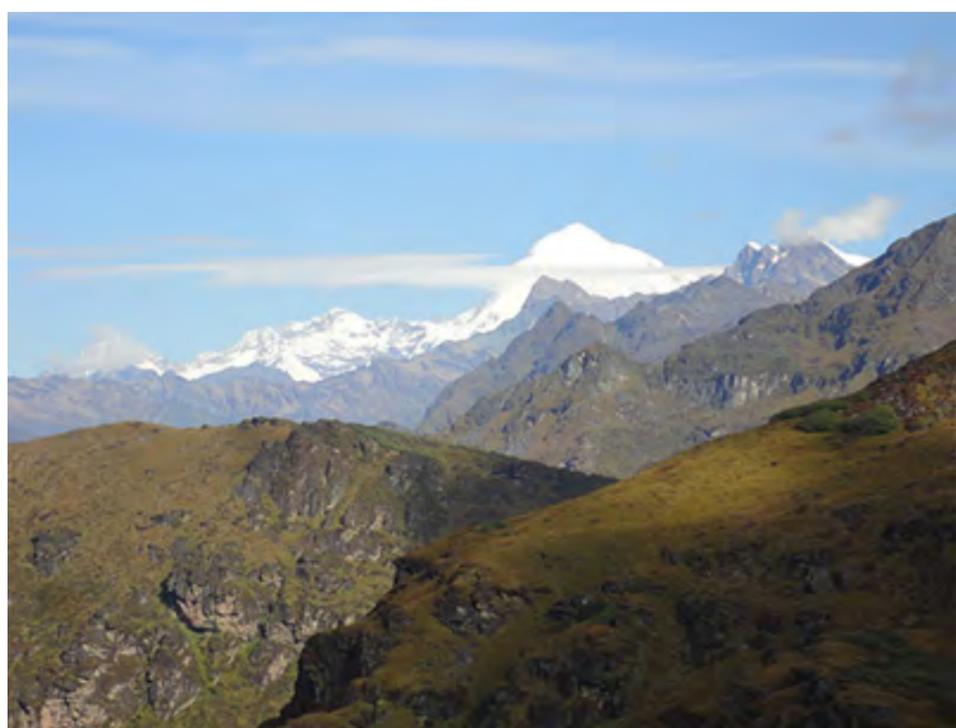




BHUTAN

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

[Vedi la scheda del trek](#)

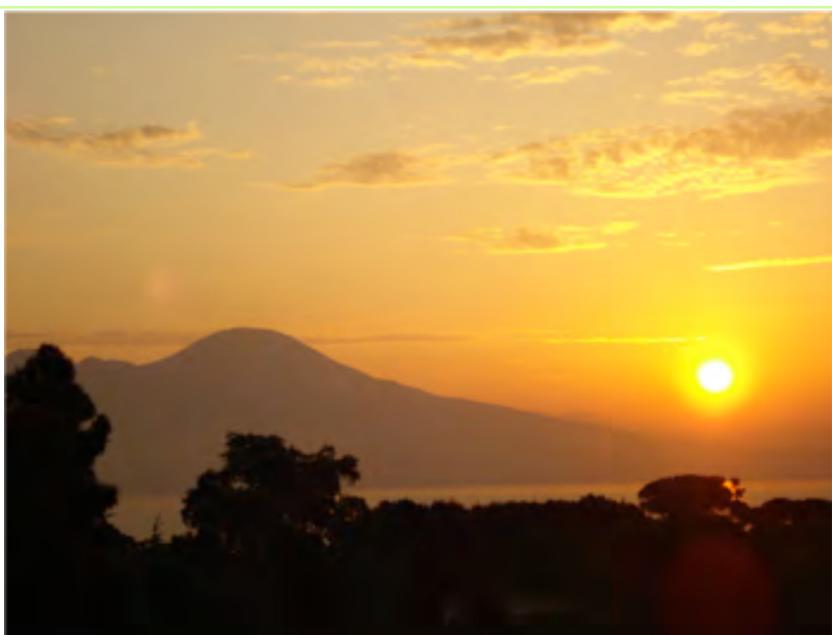




CAMPANIA

NAPOLI SOPRA E SOTTO

da venerdì 24 a mercoledì 29 novembre



Trek residenziale

Napoli e la zona Flegrea tra il classico e l'insolito accompagnati da una napoletana: da Spaccanapoli al Tunnel Borbonico, dagli antichi crateri vulcanici rivestiti da boschi al Serapeo di Pozzuoli, dal lago d'Averno al complesso residenziale romano del Pausilypon, e su tutto ampi e sempre nuovi panorami sul mare!
Accompagna Ombretta

[Vedi la scheda del trek](#)





CAPO VERDE

CAMMINARE SULLE NOTE DELLA MORNA DI CESARIA EVORA

da martedì 26 dicembre a venerdì 5 gennaio 2017



Trek residenziale

Capo Verde, una manciata di isole vulcaniche nell'Atlantico, al largo del Senegal, disabitate fino alla scoperta ufficiale nel 1460 da parte dei portoghesi che ne fecero la piattaforma di commercio degli schiavi con le Americhe. Un mix di Africa, Europa, Brasile. La natura bella e selvaggia da essere intimidente e la musica: Cesaria Evora e la morna. Ed è subito morabeza, il benvenuto creolo, fatto di bellezza, simpatia, umiltà, "nostalgia del rumore del mare, la risata a scuola, la paura di emigrare, la decisione, la speranza di guadagnare, di mandare i soldi a casa, di tornare" (A. M. Sobrero).

Un itinerario a piedi di 5 giorni su due isole: Santiago, l'isola maggiore che ospita la capitale Praia con i suoi mercati africani e, passando per l'isola di Sao Vicente, approde remo a Santo Antao, paradiso del trekking! Cammineremo su incredibili stradine in pietra che serpeggiano lungo la costa atlantica, fra le montagne nebbiose, fra scogliere e baie solitarie battute dalle onde dell'oceano, fra picchi scoscesi con i pendii terrazzati, passando attraverso rigogliose foreste di manghi, alberi del pane, banane e caffè. Passeggeremo nell'interno brullo e selvaggio di Santiago interrotto dalle rigogliose ribeira e seguiremo le tracce di Amilcar Cabral, ispiratore dei movimenti anti coloniali che nel 1975 portarono all'indipendenza dal Portogallo.

Accompagna Eliana

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 27 settembre

[Vedi la scheda del trek](#)





SARDEGNA

CAPODANNO RURALE TRA BOSCHI E DUNE FOSSILI

da martedì 26 dicembre a lunedì 1 gennaio 2017



Trek residenziale

Tra Oristano e Bosa, scopriremo il territorio costiero occidentale della Sardegna, nella stagione più insolita. Ogni giorno un ambiente diverso, a tratti aspro e selvaggio, a tratti dolce e accogliente, una storia antica e affascinante e l'affabile accoglienza della gente sarda. Una guida locale, esperta dei luoghi, ci farà conoscere l'Altopiano di Gesturi, il promontorio di Capo Mannu, la costa dei grifoni di Bosa, le oasi naturalistiche lagunari del Sinis, il Montiferru.

Visiteremo la Reggia Nuragica di Barumini, la città punico-romana di Tharros, il museo di Cabras e non mancherà il piacere della buona tavola con i piatti sapientemente preparati per noi da Gabriele. Il programma si articola in trek giornalieri della durata media di 5 ore.

Accompagna Giorgio

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

[Vedi la scheda del trek](#)



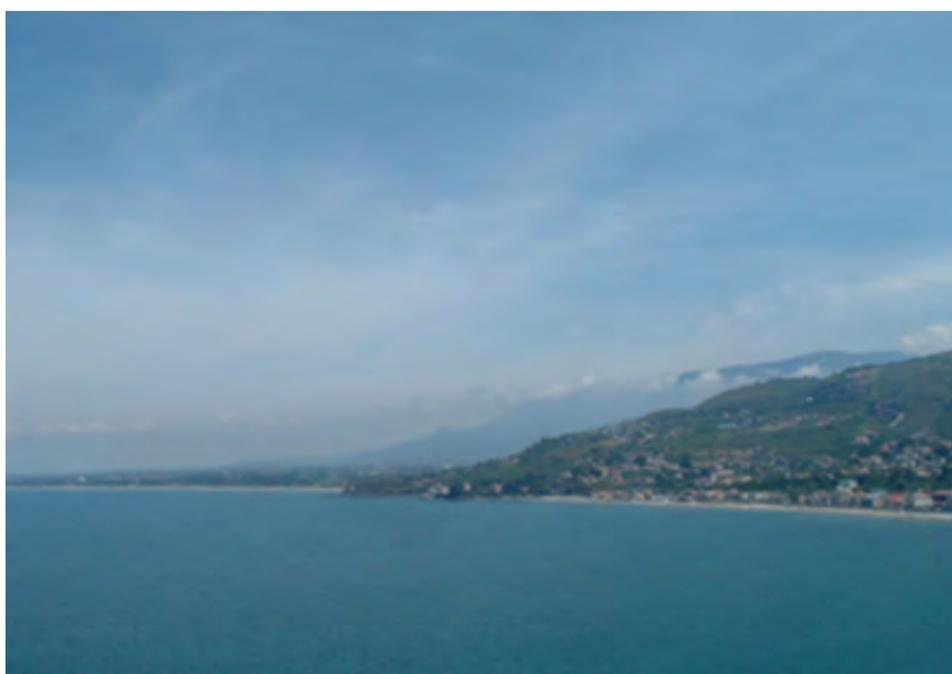


CAMPANIA

CAPODANNO NELL'AZZURRO CILENTO

da mercoledì 27 dicembre a martedì 2 gennaio 2017

Trek residenziale



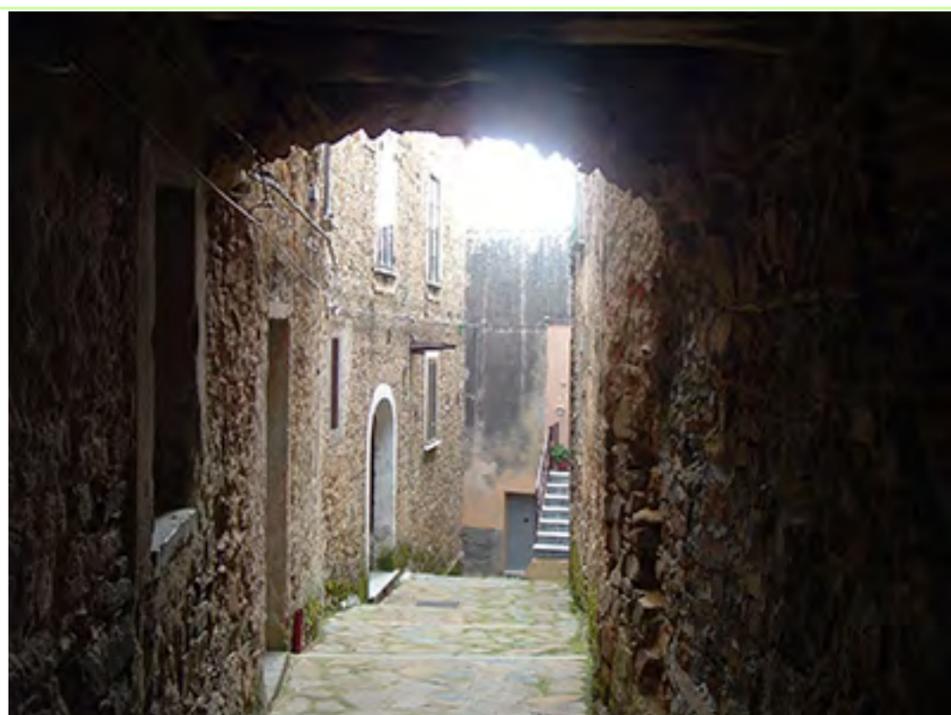
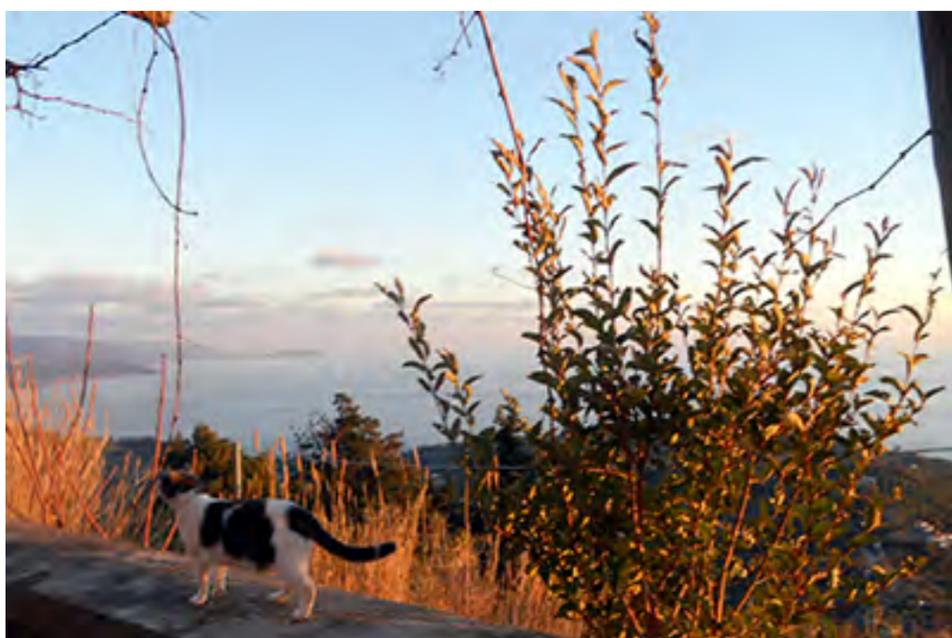
Frequentiamo da anni questo lembo di Cilento per camminare lungo le sue coste e conoscerne il ricco patrimonio storico e naturalistico. Nel 2011 lo abbiamo dedicato alla memoria di Angelo Vassallo, il sindaco pescatore, che ha pagato con la vita le sue infinite battaglie per l'integrità di questo ambiente. Ci torniamo a Capodanno per condividerlo con la sua comunità, per segnalare la nostra attenzione al bisogno di legalità e per goderci la naturale bellezza dei luoghi. Alloggeremo in un agriturismo, nel comune di Pollica, totalmente improntato al rispetto dell'ambiente e all'esaltazione della dieta mediterranea, che per merito di Vassallo è oggi riconosciuta come patrimonio ambientale dell'Umanità.

L'agriturismo è composto da due blocchi, uno dove si consumano le cene e le colazioni con disponibilità limitata di camere, l'altro blocco contiene solo le camere ed è situato 500m più su. Quasi tutte le camere hanno un letto matrimoniale non divisibile e un letto singolo; la sistemazione sarà di due persone per camera. La disponibilità di Luisa (l'albergatrice) a venire incontro alle esigenze degli ospiti e lo spirito di adattamento richiesto ai partecipanti eliminano qualsiasi difficoltà.

Accompagna Giuseppe M.

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

[Vedi la scheda del trek](#)





LIGURIA

TREK E MEDITAZIONE A TORRI SUPERIORE

da venerdì 29 dicembre a martedì 2 gennaio 2017



Trek residenziale

Saremo ospiti nell'antico borgo del XIV secolo di Torri Superiore, in provincia di Imperia, gioiello di architettura popolare situato ai piedi delle Alpi liguri, a pochi chilometri dal Mar Mediterraneo e dal confine francese, vicino alla città costiera di Ventimiglia. Il villaggio è stato in gran parte recuperato e ora aperto all'ecoturismo; recentemente è stata restaurata una sala con pavimento di legno che è adatta alla meditazione. Cammineremo nella Val Bevera e Val Roja, nella costa francese adiacente al confine; inoltre percorreremo le falesie rossastre dei Balzi Rossi all'interno delle cui grotte dimorarono i primi trogloditi della zona.

Per un ottimale lavoro su se stessi, perché trekking e meditazione possano veramente dialogare tra loro, tutti i partecipanti sono invitati al silenzio durante il cammino: il silenzio sarà necessario ad ascoltare se stessi nel proprio muoversi, nello sforzo, nei pensieri e negli stati emotivi. Accompagna Valentina

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

[Vedi la scheda del trek](#)





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

9 - 16 settembre	SARDEGNA OCCIDENTALE: LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO	Eliana
9 - 17 settembre	AMORGOS: LA COMUNE SULL'ISOLA (Grecia)	Lelia
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) (Completo)	Mario
28 settembre - 1 ottobre	CRINALI DI LIBERTÀ (Emilia Romagna)	Vito
30 settembre - 7 ottobre	CIPRO: CROCEVIA FRA EUROPA, ASIA E AFRICA (Completo)	Beloyanna C.
30 settembre - 7 ottobre	EOLIE SELVAGGE: LE SETTE ISOLE (Completo)	Aurelio
1 -10 ottobre	DA SUBIACO A MONTECASSINO FRA LE ABBAZZIE (Lazio) (Completo)	Maria B.
3 - 8 ottobre	LA VIA DEGLI DEI (Emilia Romagna - Toscana)	Adriano
4 - 8 ottobre	TREK E VELA ALLE ISOLE EGADI (Sicilia) (Completo)	Federica L. e Andrea P.
13 - 17 ottobre	VESUVIO, ERCOLANO E LE VILLE DEL MIGLIO D'ORO (Campania)	Ombretta
21 ottobre - 4 novembre	DALL'INDIA ALL BHUTAN, NEL REGNO DELLA FELICITÀ (Bhutan)	Jean-Marie
21 - 26 ottobre	LA COSTIERA AMALFITANA (Campania) (Completo)	Renato A.
24 - 29 novembre	NAPOLI SOPRA E SOTTO (Campania)	Ombretta
26 dicembre - 5 gennaio	CAPO VERDE: CAMMINARE SULLE NOTE DELLA MORNA DI CESARIA EVORA	Eliana
27 dicembre - 1 gennaio	SARDEGNA: CAPODANNO RURALE TRA BOSCHI E DUNI FOSSILI (Sardegna)	Giorgio
27 dicembre - 2 gennaio	CAPODANNO NELL AZZURRO CILENTO (Campania)	Giuseppe M.
27 dicembre - 2 gennaio	TREK E MEDITAZIONE A TORRI SUPERIORE (Liguria)	Valentina

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](#)

