



# TREKKING ITALIA

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

## GT – MAIL Speciale Oriente

Trekmail numero 625

Marzo 2013

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

Oppure puoi [scaricare il pdf](#)



- Vi consigliamo sempre di **prenotarvi in anticipo** perché correte il rischio di cancellare alcuni trek se non ci sono abbastanza partecipanti. Per i grandi trek in Asia, un notevole **sconto** a chi prenota in anticipo:

DESTINAZIONE	DATA DI PARTENZA	SCONTO FINO AL
<a href="#">INDIA - Spiti "la terra di mezzo" fra Tibet e India</a>	Sabato 3 agosto 2013	15 maggio 2013
<a href="#">ARMENIA - Natura e cultura dell'Armenia</a>	Venerdì 9 agosto 2013	1 giugno 2013
<a href="#">UZBEKISTAN e TAGIKISTAN - Sulle orme di Marco Polo</a>	Sabato 7 settembre 2013	1 luglio 2013
<a href="#">INDIA - Crinale Singalila, Darjeeling e Sikkim (Un balcone sull'Himalaya)</a>	Sabato 19 ottobre 2013	31 luglio 2013
<a href="#">INDIA - Il Kerala, santuari naturali e storici dell'India del Sud</a>	Sabato 28 dicembre 2013	1 novembre 2013

- Vi invitiamo alle **serate di presentazione in biblioteca** a cura degli accompagnatori, alle ore 21 in sede:

Sulle orme di Marco Polo,

Martedì 26 marzo	Spiti "la terra di mezzo" fra India e Tibet, Un balcone sull'Himalaya (Singalila, Darjeeling e Sikkim)
Martedì 9 aprile	Viaggio in Armenia
Martedì 14 maggio	Il Kerala, santuari naturali e storici dell'India del Sud

# INDIA

## SPITI

### "LA TERRA DI MEZZO" FRA TIBET E INDIA

Da sabato 3 a domenica 18 agosto 2013

[Vedi il Video](#)

Viaggio di 16 giorni di cui 6 giorni di trek itinerante con bagaglio trasportato

La spettacolare Spiti Valley, racchiusa fra alte montagne himalayane e strette valli create da ruscelli, si trova nell'estremo nord dell'India, nello stato del Himachal Pradesh, ai confini con Ladakh e Tibet. Esploreremo il "piccolo Tibet", come viene chiamato lo Spiti, mescolandoci con le popolazioni locali e godendo il ritmo della vita dei villaggi rimasto invariato da secoli. Gli abitanti sono agricoltori e coltivano orzo, altri cereali e ortaggi e vivono insieme alle loro greggi di pecore, capre e yak. Alloggeremo presso le tradizionali abitazioni locali o guesthouses, in camere pulite e confortevoli. Toilette a secco, a volte esterne. La luce delle candele sostituirà l'illuminazione elettrica. Il nostro trek si iscrive nel progetto di Turismo rurale volto a sostenere la conservazione della regione, ecologicamente fragile, e delle culture uniche che la abitano favorendone lo sviluppo e l'economia.

Ci saranno serviti cibi indiani cucinati e serviti in modo tradizionale e per bere avremo acqua bollita o tè. Lo Spiti è centro privilegiato di ricerca della cultura buddhista tibetana in quanto il suo isolamento fra le alte montagne lo ha preservato da distruzioni e inquinamenti culturali. Visiteremo antichi monasteri che preservano immagini e Thangkas che raccontano le storie di vita del Guru Padmasambhava, fondatore dell'ordine dei Gelug-Pa e in cui i monaci praticano meditazioni e antichi rituali, in particolare il Monastero di Tabo, uno dei monasteri più antichi del mondo, il favorito del Dalai Lama.

Con l'aiuto della nostra guida anglofona, potremo parlare con le famiglie, scambiare informazioni e conoscere direttamente la realtà in cui vivono. Ci sarà l'opportunità di visitare scuole e, se il gruppo lo desidera, portare sostegno donando materiale didattico.

Accompagna Beloyanna

[Vedi la scheda del trek](#)











## CRINALE SINGALILA, DARJEELING E SIKKIM

### UN BALCONE SULL'HIMALAYA

Da sabato 19 ottobre a domenica 3 novembre 2013

[Vedi il video](#)



Viaggio di 16 giorni di cui 6 giorni di trek itinerante con bagaglio trasportato

Siamo nel nordest dell'India, ai piedi del Kanchenjunga, nella valle di Darjeeling dove gli inglesi venivano a riposarsi dall'afa della pianura e hanno creato giardini di tè pregiato. Il trek sul crinale attraverso il Parco Nazionale del Singalila non supera i 3.640 metri di altitudine. Si dice che questa zona, sul confine est del Nepal, è il paradiso dei trekker. Abbiamo davanti al nostro balcone le montagne più alte del mondo: Everest, Makalu, Lhotse ecc. La visita dei monasteri buddhisti del Sikkim consentirà di avvicinarci alla cultura tibetana, molto presente in questa valle. La visita di Kolkata (Calcutta), che fu la capitale dell'Impero Britannico, ci permetterà di rendere omaggio anche a Madre Teresa.

Accompagna Renato

[Vedi la scheda del trek](#)







## **CAPODANNO IN KERALA**

### **SANTUARI NATURALI E STORICI DELL'INDIA DELL SUD**

**Da sabato 28 dicembre 2013 a sabato 11 gennaio 2014**

[Vedi il video](#)

**Viaggio di 16 giorni di cui 7 giorni di trek itinerante con bagaglio trasportato**

Si ripercorre alcuni dei luoghi della bellezza naturale e culturale del Kerala, scoprendo



Si rimane stupiti della bellezza naturale e culturale del Kerala, angolo verde dell'India, che consente di rallentare il passo e sentirsi più felici. Visiteremo prima Fort Cochin, antica città portoghese segnata da 500 anni di storia coloniale, poi andremo nelle colline, a Munnar, dove percorreremo piantagioni di tè, di caffè e di spezie, avendo sullo sfondo magnifiche montagne. Il trek di 6 giorni si svolge appunto nelle montagne dei Ghatt Occidentali e nei parchi nazionali dove troviamo l'ambiente naturale più protetto dell'India del sud (Meesapulimala Peak m 2630). Visiteremo Madurai (Tamil Nadu) e il tempio Sri Meenakshi considerato come la massima espressione dell'architettura dell'India del sud. Torneremo poi sulla Malabar Coast e i famosi backwater (lagune lungo il mare), dove dormiremo in houseboat, apprezzando la deliziosa cucina locale e le fantastiche spiagge durante la stagione migliore.

Accompagna Jean-Marie

[Vedi la scheda del trek](#)







# ARMENIA

## NATURA E CULTURA DELL'ARMENIA

Da venerdì 9 a sabato 24 agosto 2013

[Vedi il video](#)



Viaggio di 16 giorni di cui 6 giorni di trek itinerante con bagaglio trasportato

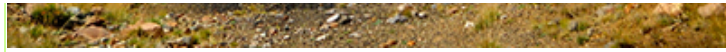
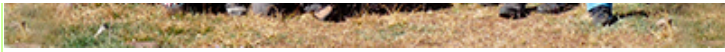
Gli Armeni, il cui territorio coincide attualmente con una piccola porzione del Caucaso, hanno antichissime tradizioni storiche e religiose. Vittime del doloroso genocidio subito durante la Prima Guerra Mondiale, si sforzano oggi di uscire dall'arretratezza del periodo sovietico. Il Paese, posto a notevole altitudine, caratterizzato da alte montagne e parecchi laghi, è un museo geologico all'aperto, disseminato di siti archeologici e innumerevoli monasteri, custodi dell'intensa spiritualità cristiana. I percorsi proposti ci consentiranno, attraverso l'alternanza di giorni di trek in alta montagna e di giorni di visita, di conoscere gli ambienti naturali e la cultura di questa popolazione.

Accompagna Eliana

[Vedi la scheda del trek](#)







## UZBEKISTAN E TAGIKISTAN

**PAMIR**

**SULLE ORME DI MARCO POLO**

**Da sabato 7 a domenica 22 settembre 2013**

Viaggio di 16 giorni di cui 6 giorni di trek itinerante con bagaglio trasportato

[Vedi il video](#)

Partito nel 1271 da Venezia, Marco Polo ha attraversato il Pamir per raggiungere la Cina a Kashaar. Suo padre e suo zio, dieci anni prima.





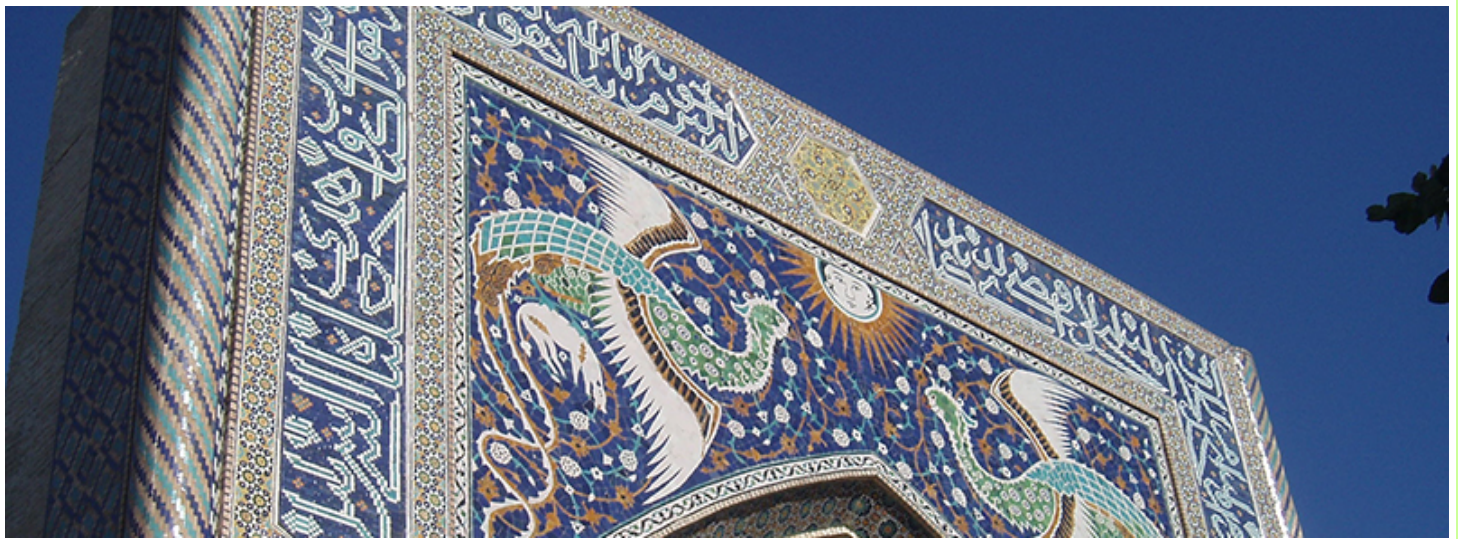
avēvano fatto un lungo soggiorno a Bukhara e a Samarcanda. Ripercorriamo le orme della famiglia Polo nelle montagne al nord del Tagikistan. Camminiamo nei Monti Fan ai piedi del Chimarga (m 5489) sui contrafforti del Pamir Occidentale ricoperti di ghiacciai e incastonati di laghi turchesi tra i quali i pastori pascolano i propri greggi. Poi torniamo in Uzbekistan per visitare Samarcanda e le sue meraviglie architettoniche costruite dai Timuridi. Successivamente andiamo a Bukhara città santa che possiede medresse stupende nel suo centro storico medioevale e dove i suk ci invitano a rivivere il ritmo dei commercianti della via della seta.

Accompagna Jean-Marie

[Vedi la scheda del trek](#)







## Tutti i prossimi Grandi Trek 2013 di Trekking Italia Bologna

<a href="#">20 aprile</a>	<a href="#">CAMPANIA FELIX (Campania)</a>	<a href="#">Ombretta</a>
<a href="#">25 aprile</a>	<a href="#">BOSA, LA COSTA, IL GRIFONE E IL SOPRAMONTE (Sardegna)</a>	<a href="#">Anna C.G.</a>
<a href="#">25 aprile</a>	<a href="#">LA VIA DEGLI DEI: TRAVERSATA DA BOLOGNA A FIRENZE (Emilia Romagna - Toscana)</a>	<a href="#">Luciano</a>
<a href="#">1 maggio</a>	<a href="#">DA BOLOGNA A PISTOIA: UNA VIA ROMEA (Emilia Romagna - Toscana)</a>	<a href="#">Maria B.</a>
<a href="#">5 maggio</a>	SAINT TROPEZ E IL VAR (Francia) - Trek della scoperta	<a href="#">Valentina</a>
<a href="#">9 maggio</a>	<a href="#">LE EGADI E LO ZINGARO (Sicilia)</a>	<a href="#">Renato</a>
<a href="#">15 maggio</a>	<a href="#">CAPRI E SOLO CAPRI (Campania)</a>	<a href="#">Ombretta</a>
<a href="#">26 maggio</a>	<a href="#">IL CAMMINO DI SAN ANTONIO (Emilia Romagna)</a>	<a href="#">Marco B.</a>
<a href="#">2 giugno</a>	<a href="#">AZZURRO CILENTO (Campania)</a>	<a href="#">Elia</a>
<a href="#">17 giugno</a>	QUANDO LE MONTAGNE SI TUFFANO NEL MARE (Liguria)	<a href="#">Margherita</a>
<a href="#">20 giugno</a>	TREK E YOGA AL RENON (Alto Adige)	<a href="#">Alfonso</a>
<a href="#">21 giugno</a>	ASTURIE E CANTABRIA - TRA PASSATO E PRESENTE (Spagna)	<a href="#">Francesca</a>
<a href="#">27 giugno</a>	TREK E VELA A L'ISOLA D'ELBA (Toscana)	<a href="#">Federica</a>
<a href="#">27 giugno</a>	I VALDESI E LE LORO VALLI (Piemonte)	<a href="#">Valentina</a>
<a href="#">29 giugno</a>	DOLOMITI DI FASSA (Trentino - Alto Adige)	<a href="#">Marco G.</a>



20 luglio	STORICA E VERDE TURINGIA (Germania) - Trek della scoperta	Eliana
23 luglio	TOUR DEL GRAND COMBIN (Italia - Svizzera)	Adriano
24 luglio	MONTE BIANCO: DA CHAMONIX A COURMAYEUR (Francia - Italia)	Stefano
<a href="#">27 luglio</a>	<a href="#">TOUR DEL QUEYRAS (Francia)</a>	<a href="#">Renato</a>
<a href="#">28 luglio</a>	<a href="#">LE CITTA' DI BERLINO DI QUA E DI LA' DAL MURO (Germania)</a>	<a href="#">Anna CG.</a>
<a href="#">3 agosto</a>	<a href="#">SPITI "LA TERRA DI MEZZO" FRA TIBET E INDIA (India)</a>	<a href="#">Beloyanna</a>
3 agosto	GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA (Abruzzo)	Ombretta
5 agosto	OISANS SELVAGGIO, NEL CUORE DEL PARC DES ÉCRINS (Francia)	Margherita
<a href="#">10 agosto</a>	<a href="#">NATURA E CULTURA DELL'ARMENIA (Armenia)</a>	<a href="#">Eliana</a>
12 agosto	DAL ROSA AL CERVINO PER IL SENTIERO DEI WALSER (Val d'Aosta)	Adriano
15 agosto	IL GIRO DEL VISO (Piemonte)	Gabriele M.
21 agosto	NEL CUORE DEL PARADISO (Val d'Aosta)	Stefano
27 agosto	ALTA VIA DELL'ADAMELLO ORIENTALE (Trentino)	Gabriele M.
28 agosto	VAL TREBBIA, PAESAGGI PIACENTINI (Emilia Romagna)	Andrea M.
2 settembre	ALLA SCOPERTA DELLA TERRA DI RE ARTU' - IL SOUTH WEST COAST PATH (Cornovaglia UK)	Luke
4 settembre	DOBBIACO, DOLOMITI, MA NON SOLO (Alto Adige)	Renato
5 settembre	L'EST INCONTRA L'OVEST (Bosnia)	Beloyanna
<a href="#">7 settembre</a>	<a href="#">SULLE ORME DI MARCO POLO (Uzbekistan - Tagikistan)</a>	<a href="#">Jean-Marie</a>
12 settembre	APUANE CON I PIEDI, APUANE CON LA TESTA (Toscana)	Andrea M.
12 settembre	DOLOMITI DI SESTO (Alto Adige)	Giancarlo Z.
21 settembre	SARDEGNA OCCIDENTALE, TREK E MARE IN COSTA VERDE	Maria B.
29 settembre	CAMMINO DI SAN FRANCESCO (Umbria)	Alfonso
1 ottobre	LA COSTIERA AMALFITANA (Campania)	Renato
2 ottobre	DALLE CRETE SENESI ALLA VAL D'ORCIA (Toscana)	Francesca
4 ottobre	EOLIE SELVAGGE: FILICUDI, STROMBOLI E PANAREA (Sicilia)	Margherita
4 ottobre	ISOLA DI CAPRAIA, PARCO NAZIONALE ARCIPELAGO TOSCANO (Toscana)	Giancarlo Z.
8 ottobre	NAPOLI SOPRA E SOTTO (Campania)	Ombretta
13 ottobre	CYPRUS: CROCEVIA FRA EUROPA, ASIA E AFRICA (Cyprus) - Trek della scoperta	Maria B.
<a href="#">19 ottobre</a>	<a href="#">CRINALE SINGALILA, DARJEELING E SIKKIM (India)</a>	<a href="#">Renato</a>
<a href="#">28 dicembre</a>	<a href="#">IL KERALA. SANTUARI NATURALI E STORICI DELL' INDIA DEL SUD (India)</a>	<a href="#">Jean-Marie</a>

## [Catalogo dei Grandi Trek delle sedi di Trekking Italia](#)

**Per prendere contatto con noi**

### TREKKING ITALIA EMILIA-ROMAGNA

Via dell'Inferno, 20B– 40126 Bologna

Da lunedì a venerdì 16.30 – 19.30, martedì e giovedì 10.00 – 12.00

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

Cellulare sabato e domenica: 333 73 94 096

[bologna@trekkingitalia.org](mailto:bologna@trekkingitalia.org)

[Sito di Trekking Italia](#)

[Portale di Trekking Italia Sezione Regionale dell'Emilia-Romagna](#)

[Pagina Facebook di Trekking Italia Emilia-Romagna](#)