



TREKKING ITALIA

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

GT – MAIL

Trekmail numero 681

Febbraio 2014

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

Oppure puoi [scaricare il pdf](#)



- Vi consigliamo sempre di **PRENOTARVI IN ANTICIPO** per ottenere uno **SCONTO** e perché alcuni trek possono essere cancellati se non ci sono abbastanza partecipanti.
- **LAST MINUTE:** ci sono ancora posti disponibili per il nostro Grande Trek con le ciaspole nel [VAL D'AYAS](#) e per [TREK E YOGA NELL'HIMALAYA](#) (sconto fino al 6 marzo)
- Giovedì 13 febbraio nella Biblioteca della sede: **TUTTO ISOLE: ELBA, EGADI, PANTELLERIA, SARDEGNA**, Presentazione a cura di Alfonso, Beloyanna, Federica e Francesca
- Martedì 18 febbraio nella Biblioteca della sede: **SUD!! CILENTO, CAPRI**, presentazione a cura di Anna e Ombretta
- Giovedì 20 febbraio nella Biblioteca della sede: **IN PALESTINA SEGUENDO IL CAMMINO DI ABRAMO**, presentazione a cura di Anna
- Martedì 25 febbraio nella Biblioteca della sede: **ANTICHE VIE: LA VIA DEGLI DEI, LA BOLOGNA-PISTOIA, IL CAMMINO DI S. ANTONIO, LA VIA VANDELLI**, presentazione a cura di Luciano, Marco B., Marie e Mario
- Giovedì 27 febbraio in Biblioteca della sede: **SAINT -TROPEZ, L'ESTEREL e TORRI SUPERIORE**, presentazione a cura di Valentina e Renato

Grandi trek in evidenza

PALESTINA SUL CAMMINO DI ABRAMO IN PALESTINA: DA JENIN A HEBRON, POI GERUSALEMME

Da venerdì 18 a lunedì 28 aprile 2014

Trek itinerante con bagaglio trasportato

Ripercorriamo il cammino di Abramo in Palestina per conoscere non solo la varietà e le specificità dei luoghi che attraverseremo, ma anche gli abitanti che vi vivono la loro quotidianità, e dialogare con loro. Arriveremo fino ad Hebron, dove Abramo finì il suo cammino, per poi raggiungere Gerusalemme, città santa dei tre monoteismi, di indicibile fascino, con i suoi tanti volti passati e presenti. L'Organizzazione locale è a cura dell'ONG palestinese Sirajcenter, dedicata al dialogo religioso e interculturale, che nel 2012 è stata riconosciuta dall'Agenzia Internazionale di Turismo Responsabile quale migliore organizzazione turistica nella promozione della cultura locale ed integrazione con la popolazione.

Il trek è progettato per fornire il vantaggio economico del nostro viaggio esclusivamente alle comunità locali; si mangerà cibo del luogo, si compreranno prodotti e servizi locali.

Accompagna Anna C.G.

[Vedi la scheda del trek](#)

[Guarda il video](#)





LIGURIA PASQUA A TORRI SUPERIORE IN ECOVILLAGGIO

Da venerdì 18 aprile a martedì 22 aprile 2014

[Guarda il video](#)

Trek residenziale

In primavera, nell'estremo ponente ligure, ai piedi delle Alpi, nei pressi della Val Bevera e della Val Roja, a pochi km da Ventimiglia e Bordighera, vicino alla riviera dei fiori e alla Costa Azzurra, si incontra un originale e profumato paesaggio contadino. E' una Liguria poco turistica e conosciuta, in cui si mescolano le caratteristiche mediterranee a quelle montane, villaggi medioevali, mulattiere storiche, serre di fiori, uliveti centenari, lecci, agrumeti, mimose e ginestre. In questo periodo, caratterizzato dall'incanto delle fioriture, saremo ospiti nell'antico borgo di Torri Superiore, costruito interamente in pietra tra il XIII e il XVIII secolo, quasi completamente restaurato, piccolo gioiello d'architettura popolare, un labirinto di case e passaggi, i famosi carruggi.

Abbandonato sin dai primi anni del '900, Torri Superiore è stato per decenni un paese fantasma sino alla metà degli anni '80, quando un gruppo di persone, alla ricerca di un luogo dove vivere in un modo nuovo e meno convenzionale, lo ha riscoperto. Nel 1989 ha avviato il progetto di recupero e fondato un ecovillaggio, sede di una comunità internazionale permanente, basata su principi laici e non ideologici di sostenibilità, promotrice di progetti e corsi d'agricoltura biologica, rispetto ambientale, cooperazione internazionale, permacultura e di campi di volontariato.

Accompagna Renato

[Vedi la scheda del trek](#)





EMILIA-ROMAGNA, TOSCANA LA VIA DEGLI DEI: DA BOLOGNA A FIRENZE

Da giovedì 24 aprile a lunedì 28 aprile 2014

Trek itinerante con bagaglio trasportato

Bologna è qui ai limiti della Pianura Padana, Firenze è là, dietro l'Appennino, distesa nella valle dell'Arno. Per meglio gustare la diversità dei luoghi, devi percorrere lo spazio che le divide a piedi, per molte ore, prendendo confidenza con le cose vedute per strada; l'arenaria rossa del Contrafforte Pliocenico, i fornelli di Piana degli Ossi, la Strada Romana alla Futa, il Mugello, l'Eremo di Monte Senario, le Ville toscane dagli alti muri perimetrali e la meraviglia degli ultimi chilometri, che non si descrive con parole. Accompagna Luciano

[vedi la scheda del trek](#)

[Guarda il video](#)





SARDEGNA
LA COSTA SUD DI BOSCA E IL SUPRAMONTE
Da venerdì 25 aprile a giovedì 1 maggio 2014

Trek residenziale

Panorami magnifici lungo la splendida costiera a nord e a sud di Bosa, solitaria e selvaggia, dove ancora nidifica l'avvoltoio grifone. Escursioni affascinanti nelle doline carsiche del Supramonte, alla ricerca di antichi villaggi nuragici e nelle zone umide dove svernano migliaia di fenicotteri rosa. Camminate all'interno di una fitta e alta macchia mediterranea, con stupendi boschi di sughere e carbonaie. Un viaggio all'insegna della varietà e della tipicità sarda, con alloggio in un agriturismo molto confortevole dove assaggiare gustosi piatti tradizionali. La nostra guida locale, fortemente radicata nel suo territorio, ce lo farà apprezzare approfonditamente in tutte le sue caratteristiche.
Accompagna Francesca

[vedi la scheda del trek](#)

[Guarda il video](#)



FRANCIA

SAINT-TROPEZ E IL VAR

Da sabato 3 a mercoledì 7 maggio

Trek residenziale

Cammineremo lungo la costa tra Saint-Tropez e La Croix-Valmer; faremo alcune escursioni nell'entroterra del Var e del massiccio dell'Estérel, godendo del clima mite e della meravigliosa fioritura primaverile.

Accompagna Valentina

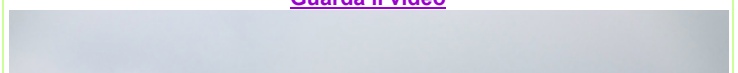
[Vedi la scheda del trek](#)



TURCHIA LA LICIA DEI 7 CAPI ED OLTRE

Da sabato 17 a domenica 25 maggio

[Guarda il video](#)



Trek itinerante

Il tratto occidentale della Via Licia risponde a molte delle aspettative e attrazioni di quello che è stato definito uno dei dieci trek più belli al mondo: panorami mozzafiato sul mar Mediterraneo; promontori e spiagge incantevoli, sentieri immersi nella macchia mediterranea; tracce delle civiltà e dei popoli che nel corso dei secoli si sono succeduti in questi territori, Lici, Greci, Romani, Bizantini, Genovesi e Veneziani, Ottomani. Incontreremo gente semplice, sincera, orgogliosa e ospitale pronta ad offrire ai visitatori il meglio della propria cultura e delle proprie tradizioni. Accompagnano Vito e Davide

[Vedi la scheda del trek](#)



I prossimi trek

**VALLE D'AOSTA
VAL D'AYAS**

Da mercoledì 26 febbraio a domenica 2 marzo 2014
Trek residenziale con racchette di neve

Oltre i 2000 metri di quota, in un ambiente grandioso ai piedi del Monte Rosa, andremo a scoprire i villaggi medievali fondati dai Walser, popolo di origine germanica che colonizzò queste valli più di 1000 anni fa. Siamo nella zona più elevata della Val d'Ayas che comprende numerose e molto note vette del gruppo del Monte Rosa: Lyskamm (m 4527), Castore (m 4226), Polluce (m 4091), Roccia Nera (m 4091), Breithorn (m 4165).

Accompagnano Gabriele M. e Pierluigi

[vedi la scheda del trek](#)



[Guarda il video](#)



INDIA
TREK E YOGA NELL'HIMALAYA
da giovedì 17 aprile a giovedì 1 maggio
Viaggio di 15 giorni di cui 5 giorni di trek itinerante
con bagaglio trasportato

Siamo a Manali (Himachal Pradesh) nella valle del Kullu (o Kulanta Pitta, fine del mondo abitato) ai piedi dell'Himalaya. Ogni giorno praticheremo yoga e meditazione a contatto permanente con la natura e sentiremo la purezza dell'atmosfera che rinfresca il respiro, la mente e purifica il corpo. Il trek (di difficoltà moderata) ci consentirà di scoprire villaggi remoti e tradizionali, antichi templi, fitte foreste, valli profonde con campi coltivati a terrazza e di incontrare

montanari accoglienti pronti a condividere la loro cultura antica e a catturare il cuore dei viaggiatori. Il nostro viaggio e la visita di Delhi ci permetteranno di percepire alcuni dei multipli aspetti dell'India che si mescolano in una nuova cultura originale e moderna ma al tempo stesso rispettosa delle tradizioni millenarie.

Accompagnano Jean-Marie e Simona

[Vedi la scheda del trek](#)



SICILIA
ZIBBIBO E TERME NATURALI: CAMMINARE IN PANTELLERIA
da venerdì 25 aprile a giovedì 1 maggio
Trek residenziale

Nel cuore del mediterraneo sorge Pantelleria. Cammineremo fra vigne e ulivi, fra mare e montagna, là dove Ulisse fu incantato da Calipso. Bellezza, profumo, sapori e antiche tradizioni ci accompagneranno. In Pantelleria tutto si concentra: mare e montagna dove i vulcani fanno da padroni immersi nella lussureggiante vegetazione mediterranea che troveremo nel massimo della fioritura. Percorreremo gli antichi sentieri romani, cercheremo le tombe bizantine, l'antico insediamento dei Sesi, ammireremo l'architettura fenicia e araba che caratterizza l'isola. Infine bagni caldi e freschi, fanghi, sauna, terme e gli ottimi piatti panteschi cucinati dal cuoco del nostro agriturismo renderanno



ancora più piacevole il nostro soggiorno. Se avremo fortuna potremo ammirare il passaggio della migratoria che proprio in quel periodo dall'Africa vola verso il nord.

Accompagna Beloyanna

[Vedi la scheda del trek](#)



UMBRIA
TRA CASCATE, CIME E CASTELLINI IN VALNERINA
da giovedì 1 a domenica 4 maggio
Trek residenziale

Quasi una Arcadia, ricca di acque, boschi e altopiani ricoperti di prati con fioriture magnifiche. Un territorio ancora poco turistico per una scoperta appagante. Questo programma deriva dalle valutazioni di un gruppo di soci su un trek della scoperta effettuato in queste zone.

Data la vastità e la ricchezza del territorio, si concentrano le escursioni nella sua zona meridionale, tra Le Marmore e Macenano. L'impostazione del trek include sia gli aspetti storico-antropici, con torri, paesi castello, monasteri e curiosità, che quelli ambientali e paesaggistici, come le famose cascate, gli ambienti d'altopiano e le cime che dominano vasti territori. Una speciale sottolineatura è data al cammino, che porta su alcune montagne importanti.

Accompagna Marco

[Vedi la scheda del trek](#)

[Guarda il video](#)



EMILIA-ROMAGNA, TOSCANA
DA BOLOGNA A PISTOIA: UNA VIA ROMEA
da giovedì 1 a lunedì 5 maggio
Trek itinerante

La via Francesca della Sambuca, variante dell'itinerario principale detto via Francigena, collegava Pistoia a Bologna, risalendo sul versante toscano il crinale fra la Brana e l'Ombrone, fino a superare il crinale appenninico a quota 932 al Passo della Collina. Qui una strada, che ricalca tracciati etruschi, percorreva il crinale fra la valle del Reno e quella del Limentra, seguendo l'attuale Strada della Faggeta, detta anche, in passato, via Lombarda.

Attraverso Emilia-Romagna e Toscana, diverse per storia, natura, linguaggio e ... cucina ci immergiamo nel nostro appennino più arcaico come nuovi viandanti diretti a sud. Seguiremo tratti di una viabilità prima etrusca e poi romana, passeremo per mulattiere con antichi acciottolati, sentieri stretti nei boschi, ampie sterrate, percorrendo lunghi tratti di un'antica via per Roma. Rientreremo in poche ore grazie all'antica ferrovia 'Porrettana' costruita nel 1864.

Accompagna Mario

[Vedi la scheda del trek](#)

[Guarda il video](#)



CAMPANIA
CAPRI E SOLO CAPRI
da martedì 13 a sabato 17 maggio
Trek residenziale

Un itinerario alla scoperta dell'isola delle Sirene dal profilo di una donna distesa! Il Monte Solaro da cui si domina tutto l'arcipelago, la grotta di Matermania, la Scala Fenicia che sale alla villa San Michele ad Anacapri, la villa romana di Damecuta che sovrasta la grotta Azzurra, il Faro di Punta Carena, l'Arco naturale, ovunque panorami stupendi spesso con i Faraglioni sullo sfondo.

Accompagna Ombretta

[Vedi la scheda del trek](#)



Qualche novità per 2014

[Guarda il video](#)



EMILIA-ROMAGNA LA VIA VANDELLI

da giovedì 29 maggio a domenica 1 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 Maria

[Vedi la scheda del trek](#)

KOSOVO, MONTENEGRO E MACEDONIA CAMMINARE NEL CORE DEI BALCANI

da sabato 21 a domenica 29 giugno 2014
Trek itinerante



Cammineremo nella regione delle Alpi Dinariche sui sentieri della Val Rugova nel Kosovo nord occidentale, sulle catene di confine verso Babino Polje in Montenegro e poi Theth e Valbone in Albania in cui 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.

Nostro partner locale è la ONG Rugova Experience, che si prefigge di creare offerte turistiche che contribuiscano positivamente all'economia delle comunità locali minimizzando d'altro canto ogni forma di turismo che implichi un impatto negativo sull'ambiente e le bellezze naturali che caratterizzano l'area. Per questo alloggeremo in guesthouses, rifugi e baite di pastori e gusteremo piatti della tradizione locale da loro direttamente prodotti. 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.

[Vedi la scheda del trek](#)

Calendario dei Grandi Trek 2014 di Trekking Italia Bologna

[22-27 febbraio](#)

[RACCHETTE DA NEVE SULL'ETNA \(Sicilia\) Ciaspolata](#) **COMPLETO**

[Jean-Marie](#)

[26 febbraio - 2 marzo](#)

[VAL D'AYAS \(Valle d'Aosta\) Ciaspolata](#)

[Gabriele M.](#)

[17 aprile - 1 maggio](#)

[TREK E YOGA NELL' HIMALAYA \(India\)](#)

[Jean-Marie](#)

[18-28 aprile](#)

[SUL CAMMINO DI ABRAMO IN PALESTINA: DA JENIN AD HEBRON, POI GEBUSAI EMME \(Palestina\)](#)

[Anna C.G.](#)

18-22 aprile	GERUSALEMME (Palestina)	Renato
24-28 aprile	PASQUA A TORRI SUPERIORE IN ECOVILLAGGIO (Liguria)	Luciano
24 aprile - 1 maggio	VIA DEGLI DEI (BO, FI)	Beloyanna
25 aprile - 1 maggio	ZIBIBBO E TERME NATURALI: CAMMINARE IN PANTELLERIA (Sicilia)	Francesca
1- 4 maggio	SARDEGNA, LA COSTA SUD DI BOSCA, E IL SUPRAMONTE	
1- 4 maggio	TRA CASCATE, CIME E CASTELLINI IN VALNERINA (Umbria)	Marco
3-7 maggio	DA BOLOGNA A PISTOIA: UNA VIA ROMEA (Emilia-Romagna, Toscana)	Mario
13-17 maggio	SAINT-TROPEZ E il VAR (Francia)	Valentina
17-25 maggio	CAPRI E SOLO CAPRI (Campania)	Ombretta
22-27 maggio	LA LICIA DEI SETTE CAPI ED OLTRE (Turchia)	Vito
25 maggio - 1 giugno	LE EGADI E LO ZINGARO (Sicilia)	Alfonso
29 maggio - 3 giugno	DALL'ADRIATICO AL LAZIO ATTRAVERSO L'ARCADIA (Abruzzo)	Roberto DA.
29 maggio - 1 giugno	IL CAMMINO DI SANT'ANTONIO (Emilia-Romagna)	Marco B.
30 maggio - 2 giugno	LA VIA VANDELLI (Emilia-Romagna - Toscana)	Maria
1-7 giugno	TREK E YOGA AL RENON (Trentino - Alto Adige)	Alfonso
20-29 giugno	AZZURRO CILENTO (Campania)	Anna C.G.
21-29 giugno	ASTURIE E CANTABRIA TRA PASSATO E PRESENTE (Pagna)	Francesca
26-29 giugno	CAMMINARE NEL CUORE DEI BALCANI (Kosovo, Montenegro, Albania)	Beloyanna
26-29 giugno	MONTAGNE VALDESI (Piemonte)	Valentina
4 - 13 luglio	TREK E VELA ALL'ELBA (Toscana)	Federica
5-13 luglio	BOSNIA ERZEGOVINA: L'EST INCONTRA L'OVEST	Beloyanna
17 - 20 luglio	TURINGIA: DAL CAMMINO RENNSTEIG A WEIMAR, ITINERARIO DI NATURA E STORIA (Germania)	Eliana
19 - 26 luglio	LA TRAVERSATA DELLA MAJELLA	Roberto DA.
19-23 luglio	I MONTI DAUNI, DOLCI COLLINE DI PUGLIA (Puglia)	Vito
23-27 luglio	MONTE BIANCO: DA COURMAYEUR A CHAMONIX (Italia, Svizzera, Francia)	Jean-Marie
26 luglio - 10 agosto	MONTE BIANCO: DA CHAMONIX A COURMAYEUR (Francia, Italia)	Gabriele M.
27 luglio - 3 agosto	SPITI: LA "TERRA DI MEZZO" FRA TIBET E INDIA (India)	Beloyanna
2 - 9 agosto	LE CITTÀ DI BERLINO DI QUA E DI LA DEL MURO (Germania)	Eliana
9 - 15 agosto	GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA (Abruzzo)	Anna C.G.
10 - 16 agosto	OISANS SELVAGGIO, NEL CUORE DEL PARC DES ÉCRINS (Francia)	Valentina
14 - 17 agosto	TOUR DEL GRAND COMBIN (Italia, Svizzera)	Adriano
20 - 24 agosto	IL GIRO DEL VISO (Piemonte)	Maria
21 - 24 agosto	NEL CUORE DEL PARADISO (Valle D'Aosta)	Alfonso
22 - 31 agosto	GRANDE BALCONATA DEL CERVINO (Valle D'Aosta)	Stefano
30 agosto - 14 settembre	NATURA E CULTURA DELLA MACEDONIA (Macedonia)	Anna C.G.
3 - 7 settembre	NATURA E CULTURA DELL'ARMENIA (Armenia)	Beloyanna
11 - 14 settembre	VAL MAIRA E UBAYE, ATTORNO AL CHAMBEYRON (Italia, Francia)	Jean-Marie
11 - 16 settembre	DOBBIACCO, DOLOMITI, MA NON SOLO (Trentino-Alto Adige)	Giancarlo Z.
21 - 28 settembre	LA VIA DEL RENO (Emilia-Romagna)	Alessandro C.
1 - 6 ottobre	SARDEGNA OCCIDENTALE, LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO (Sardegna)	Francesca
1 - 5 ottobre	IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO (Umbria)	Alfonso
1 - 5 ottobre	IL VESUVIO, ERCOLANO E LE SUE VILLE DEL MIGLIO D'ORO (Campania)	Ombretta
4 - 9 ottobre	DALLE CRETE SENESI ALLA VAL D'ORCIA (Toscana)	Gabriele M.
4 - 7 ottobre	LA COSTIERA AMALFITANA (Campania)	Francesca
11 - 19 ottobre	ISOLA DI CAPRAIA, PARCO NAZIONALE ARCIPELAGO TOSCANO (Toscana)	Valentina
13 - 20 ottobre	EOLIE SELVAGIE: LE SETTE ISOLE (Sicilia)	Giancarlo
5 - 8 dicembre	CYPRUS: CROCEVIA FRA EUROPA, ASIA E AFRICA (Cyprus)	Maria
5 - 10 dicembre	SANTA MARGHERITA LIGURE E PORTOFINO (Liguria)	Giancarlo Z.
5 - 9 dicembre	NAPOLI SOPRA E SOTO (Campania)	Ombretta
5 - 9 dicembre	CH'AL VEGNÀ A BULAGNA (Emilia-Romagna)	Anna C.G.

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

[Sito di Trekking Italia](#)

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

[Pagina Facebook di Trekking Italia Bologna](#)

[Pagina Facebook di Trekking Italia Modena](#)

© Penelope Felini