



# TREKKINGITALIA

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

## GT – MAIL

Trekmail numero 707

Luglio 2014

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

Oppure puoi [scaricare il pdf](#)

[GT in evidenza](#)

[Altri Grandi Trek](#)

[Calendario GT 2014](#)



*I Monti Dauni, Puglia*

- 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 il trek itinerante in **ABRUZZO** "La traversata della Majella" dal 17 al 20 luglio con Roberto, in **PUGLIA** "I Monti Dauni, le dolci colline di Puglia" dal 19 al 26 luglio con Vito, in **INDIA** "Spiti - La terra di mezzo - fra Tibet e India" dal 26 luglio al 10 agosto con Beloyanna, in **GERMANIA** "La città di Berlino di qua e di là del muro" dal 27 luglio al 3 agosto con Eliana e in **ABRUZZO** "Gran Sasso e Monti della Laga" dal 2 al 9 agosto con Anna C.G
- **Giovedì 3 luglio** nella Biblioteca della sede, serata presentazione Grandi Trek: **ANTICHE VIE: LA VIA DEL RENO, IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO E LE CRETE SENESI**, presentazione a cura di Alessandro C., Alfonso e Gabriele M..
- **Martedì 8 luglio** nella Biblioteca della sede, serata presentazione Grandi Trek: **ISOLE E MARE: CIPRO, LIGURIA**, presentazione a cura di Maria e Giancarlo.

## Grandi trek in evidenza

### ABRUZZO

#### LA TRAVERSATA DELLA MAJELLA

Da giovedì 17 a domenica 20 luglio

##### Trek itinerante

L'enorme montagna della Majella è un mondo magico, dai mille volti. Montagna madre d'Abruzzo, fu riparo di eremiti, pastori e briganti nel corso dei secoli. Senza una cima rilevata ma con un vasto territorio al di sopra dei 2.500 metri, che ospita numerosi endemismi vegetali e importanti presenze faunistiche. I versanti sono incisi da selvaggi valloni, diversi per esposizione e clima. Il trek è impegnativo per i forti dislivelli ma è assolutamente gratificante per gli ambienti grandiosi e selvaggi e la discreta e affascinante vicenda storica dei centri che attraversiamo. Accompagna Roberto

[Vedi la scheda del trek](#)



Foto camoscidabruzzo.it



## PUGLIA

### I MONTI DAUNI, LE DOLCI COLLINE DI PUGLIA

da sabato 19 a sabato 26 luglio

[Guarda il video](#)

#### Trek itinerante

Tratturi e mulattiere percorsi nei secoli da pastori e pellegrini, terra di sanniti, longobardi e briganti fra borghi medievali e castelli federiciani, una Puglia sorprendente e ospitale. Terra di antiche tradizioni, transumanza dove il lavoro dell'uomo si assapora anche nei prodotti enogastronomici.

E' la prima volta che Trekking Italia propone questo territorio poco conosciuto ma che stupirà.

Accompagna Vito

[Vedi la scheda del trek](#)





## INDIA

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

da sabato 26 luglio a domenica 10 agosto

[Guarda il video](#)



#### 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 dell'Imachal Pradesh, ai confini con Ladakh e Tibet. Esploreremo il "piccolo Tibet", mescolandoci con le popolazioni locali e godendo il ritmo della vita dei villaggi. Gli abitanti sono agricoltori 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.

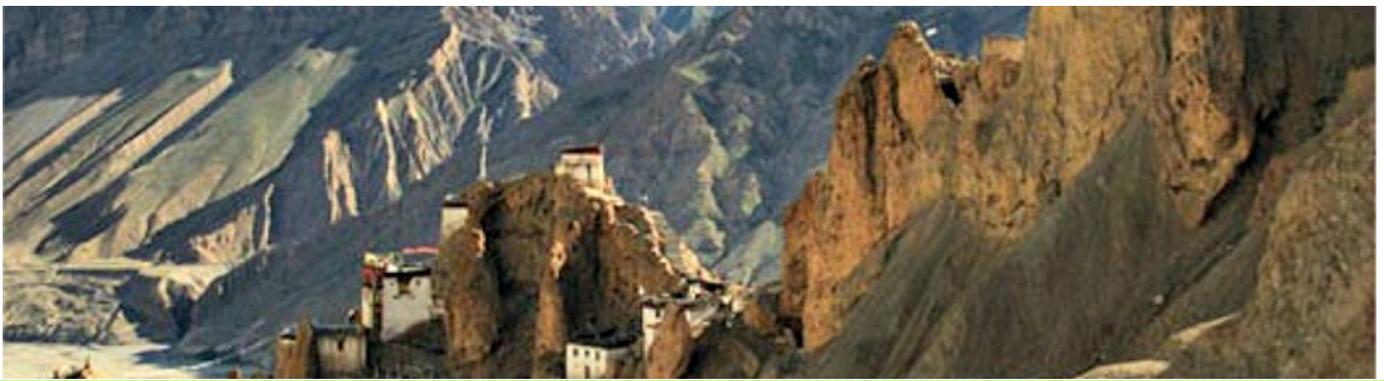
Il nostro trek si iscrive nel progetto di Turismo rurale volto a sostenere la conservazione della regione, ecologicamente fragile, e delle culture uniche che la abitano favorendone lo sviluppo e l'economia. Ci saranno serviti cibi indiani cucinati e serviti in modo tradizionale e per bere avremo acqua 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.

Accompagna Beloyanna

[Vedi la scheda del trek](#)





## GERMANIA

### LA CITTA DI BERLINO DI QUA E DI LA DEL MURO

da domenica 27 luglio a domenica 3 agosto



Trek residenziale  
da domenica 27 luglio a domenica 3 agosto

Berlino, drammatico crocevia della storia del XX secolo, oggi vivacissima capitale europea che espone senza timori al giudizio di chi la percorre tutte le testimonianze del suo passato. Dopo la vittoria sul nazismo la Germania fu divisa in quattro zone di occupazione e Berlino, compresa nell'area sovietica, fu a sua volta divisa tra un settore sovietico e un settore controllato dalle tre potenze occidentali. Negli anni della guerra fredda, Berlino Ovest divenne per il regime comunista una pericolosa attrattiva per gli abitanti dell'area Est. Nel 1961 il regime filosovietico fece erigere tutto intorno all'area ovest, per un perimetro di 160 km, un muro di isolamento aperto in pochi e controllatissimi checkpoints. La terribile spaccatura si è risolta nel 1989.

Questo trek in parte urbano e in parte in aree verdi sulle rive del fiume Havel, un po' a zig zag tra le ex Berlino Est e Berlino Ovest, consentirà, seguendone le tracce ampiamente visibili, di leggere in modo approfondito la storia della città e di momenti cruciali di quella del XX secolo. Ma Berlino è anche il luogo di celeberrimi musei che non è possibile trascurare se vogliamo averne un'idea veramente completa: il programma prevede, per chi lo desidera, anche questa possibilità. Funzionali trasporti pubblici ci consentiranno di raggiungere e tornare agevolmente dalle mete previste. Accompagna Eliana

[Vedi la scheda del trek](#)





## **ABRUZZO**

### **IL GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA**

**da sabato 2 a sabato 9 agosto**

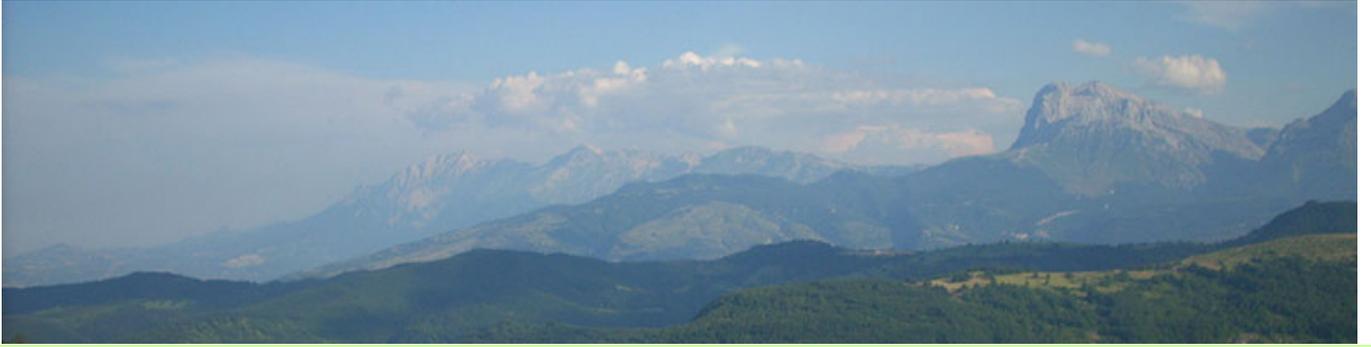
[Guarda il video](#)

#### **Trek residenziale**

Nel cuore dell'Italia centrale il Parco Nazionale del Gran Sasso e dei Monti della Laga, che vanta con i 2914 metri del Corno Grande la vetta più alta degli Appennini, ci aspetta con il suo scenografico skyline, con i suoi pascoli d'alta quota e con il Calderone, l'ultimo e più meridionale dei ghiacciai d'Europa. Percorrendo prima i sentieri d'arenaria della Laga e poi quelli dolomitici del gruppo del Gran Sasso capiremo perché qui l'Appennino non ha nulla da invidiare alle Alpi. Accompagna Anna C.G.

[Vedi la scheda del trek](#)





## FRANCIA

### OISANS SELVAGGIO, NEL CUORE DEL PARC DES ÉCRINS

da sabato 9 a venerdì 15 agosto

#### Trek residenziale

Andiamo nel Parco Nazionale degli Ecrins, situato nel dipartimento dell'Isère e delle Alte Alpi in Francia, per scoprire una natura incontaminata, dove il silenzio viene interrotto solamente dal rumore delle innumerevoli e vertiginose cascate. Le escursioni che faremo ci porteranno ad ammirare una grande varietà di paesaggi alpini, dai prati di fondovalle fino alle maestose lingue glaciali. E al termine di ogni giornata, l'immancabile appuntamento con una coppa di fromage blanc aux myrtilles!

Accompagna Valentina

[Vedi la scheda del trek](#)





## ITALIA, SVIZZERA

### INTORNO AL GRAN COMBIN

da lunedì 11 a domenica 17 agosto

#### Trek itinerante

Gli oltre 4000 m del massiccio del Grand 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) du 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 Grand 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 Adriano

ATTENTI: quota agevolata fino al 15 luglio!

[Vedi la scheda del trek](#)





## PIEMONTE

### IL GIRO DEL VISO

da giovedì 14 a domenica 17 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.....

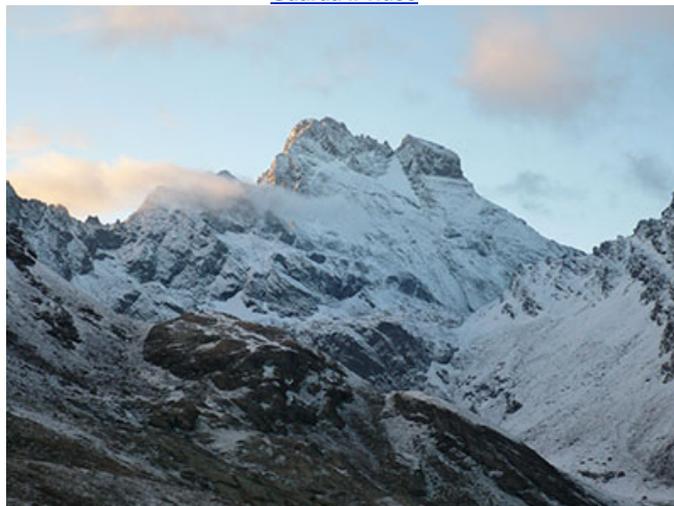
Noi gireremo attorno a questo "Re di pietra", come tutti gli amanti di alta montagna devono fare una volta nella vita. Sarà il modo per percepirne la maestosità, goderne la vista e i panorami, camminare per 4 giorni attorno ai 2500m, godendo i tramonti dai provvidenziali rifugi, attraversando una grande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

Accompagna Maria

ATTENTI: quota agevolata fino al 11 luglio!

[Vedi la scheda del trek](#)

[Guarda il video](#)





## **VAL D'AOSTA**

### **NEL CUORE DEL PARADISO**

**da mercoledì 20 a domenica 24 agosto**

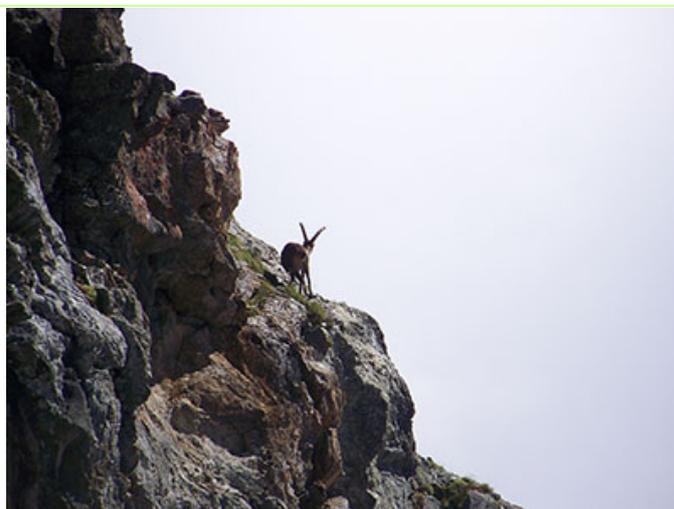
#### **Trek itinerante**

Lungo le pendici del Monte Avic risaliremo l'omonimo parco tra i splendidi laghi alpini fino ad affacciarsi alla finestra Champorcher. Poi passo dopo passo entreremo nel più antico regno naturale d'Italia dove gli stambecchi, le marmotte e i camosci si lasciano quasi accarezzare, fino a dove si può toccare il cuore stesso del paradiso in una natura straordinariamente incontaminata.

Accompagna Gabriele M.

**ATTENTI:** quota agevolata fino al 21 luglio!

[Vedi la scheda del trek](#)





## REPUBBLICA DI MACEDONIA

### NATURA E CULTURA DELLA MACEDONIA

da giovedì 21 a sabato 30 agosto

#### Viaggio e trek con bagaglio trasportato

La Macedonia, ufficialmente denominata, su richiesta della Grecia e non senza contrasti, FYROM (Former ex Jugoslavia Republic of Macedonia) per distinguerla dall'omonima regione greca che un tempo ne era parte integrante, garantisce al visitatore molte piacevoli sorprese. Il percorso itinerante, che si sviluppa nell'area occidentale del Paese, ci farà conoscere sia la particolarità delle tracce storiche e culturali perfettamente conservate, sia il ricchissimo patrimonio naturalistico scandito da continui parchi nazionali, offrendoci la possibilità di un rapporto diretto con la popolazione locale che ci offrirà anche un breve corso di cucina tradizionale.

Accompagna Anna C.G.

ATTENTI: quota agevolata fino al 30 giugno

[Vedi la scheda del trek](#)





## ARMENIA

### NATURA E CULTURA DELL'ARMENIA

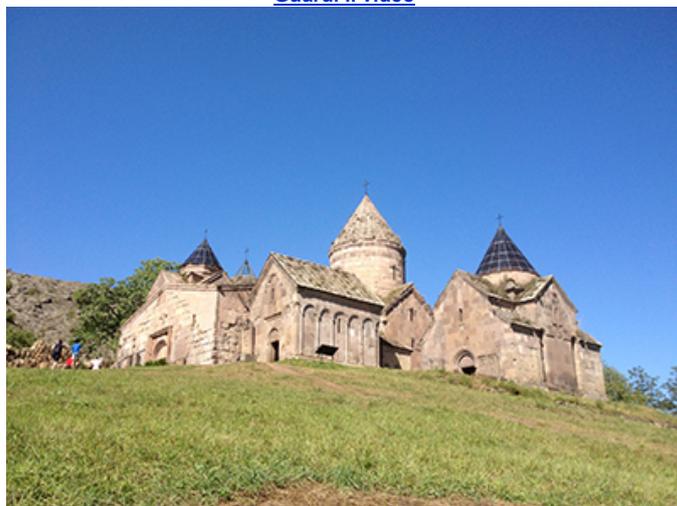
da sabato 30 agosto a sabato 13 settembre

#### Viaggio e trek residenziale

Gli Armeni, il cui territorio coincide oggi 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 numerosi 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 giorni di visita di conoscere gli ambienti naturali e la cultura di questa popolazione.  
Accompagna Beloyanna

ATTENTI: quota agevolata fino al 4 luglio  
[Vedi la scheda del trek](#)

[Guardi il video](#)





## ITALIA - FRANCIA

### VAL MAIRA E UBAYE, ATTORNO AL CHAMBEYRON

da mercoledì 3 a domenica 7 settembre

#### Trek itinerante

Percorriamo un anello tra le alte valli del Maira e dell'Ubaye: passi impegnativi, laghi dove si specchiano guglie dolomitiche, villaggi antichi, forti abbandonati. La Val Maira, che il filmato "Il vento fa il suo giro" ci ha mostrato con tanta poesia e realismo, è il nostro punto di partenza, fuori dal mondo e fuori dal tempo. La valle della Haute Ubaye è il suo equivalente in Francia: isolata, lontana da tutto e difficile da raggiungere. Lo Chambeyron (foto, m 3412), vicino al Monviso, si trova tra queste due valli: non si lascia facilmente avvicinare ma ce la faremo! Accompagna Jean-Marie

**ATTENTI:** quota agevolata fino al 18 luglio  
[Vedi la scheda del trek](#)

[Guardi il video](#)





## Gli altri Grandi Trek

**VALLE D'AOSTA  
GRANDE BALCONATA DEL CERVINO**  
Trek itinerante  
da giovedì 21 a domenica 24 agosto

Cervino, montagna di incomparabile bellezza, ci accompagnerà lungo tutto questo trek, mentre attraverseremo i luoghi tipici di questa valle. Chamois, il paese senza strade, Cheneil il paese di pietra alle pendici del Grand Tournalin, lo splendido lago blu, il roccioso monte Pancherot, sono solo alcune delle meraviglie che incontreremo. Il percorso è conosciuto come Grande Balconata del Cervino per ragioni che diventeranno ovvie a chi parteciperà.

Accompagna Stefano

**ATTENTI:** quota agevolata fino al 30 luglio  
[Vedi la scheda del trek](#)



**TRENTINO-ALTO ADIGE  
ALTA VIA DELL'ADAMELLO ORIENTALE**  
Trek itinerante  
da martedì 26 a sabato 30 agosto

Escursione di grande interesse storico-naturalistico tra vasti panorami e angoli di autentica bellezza. Percorreremo alcuni tratti del Sentiero della Pace che si sviluppa sul fronte della Grande Guerra.

Accompagna Gabriele M.

**ATTENTI:** quota agevolata fino al 27 luglio  
[Vedi la scheda del trek](#)



**TRENTINO - ALTO ADIGE**  
**DOBBIACO, DOLOMITI MA NON SOLO**  
Trek Residenziale  
da giovedì 4 a domenica 7 settembre

Le dolomiti di Sesto sono patrimonio dell'umanità (Unesco). E' inutile descriverle, sono da vedere, dalle 3 cime di Lavaredo alla punta dei 3 Scarperi, alla val Fiscalina.

Da un ostello da favola (nel vero senso della parola: è ottenuto dalla moderna ristrutturazione di una residenza per le vacanze dei signori di fine ottocento), frequentato da un pubblico internazionale, in prevalenza giovane, si possono raggiungere luoghi da cui godere di panorami su diverse tra le montagne più belle e famose delle Dolomiti.  
Accompagna Giancarlo Z.

ATTENTI: quota agevolata fino al 1 agosto  
[Vedi la scheda del trek](#)



[Guarda il video](#)



**SARDEGNA**  
**SARDEGNA OCCIDENTALE, LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO**  
Trek residenziale  
da sabato 13 a sabato 20 settembre

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 eno-gastronomiche di questo angolo di Sardegna.

Accompagna Francesca

ATTENTI: quota agevolata fino al 1 agosto  
[Vedi la scheda del trek](#)

## Calendario dei prossimi Grandi Trek di Trekking Italia Bologna

<a href="#">17 - 20 luglio</a>	<a href="#">LA TRAVERSATA DELLA MAJELLA</a>	<a href="#">Roberto DA. Vito</a>
<a href="#">19 - 26 luglio</a>	<a href="#">I MONTI DAUNI, DOLCI COLLINE DI PUGLIA (Puglia)</a>	
<a href="#">19-23 luglio</a>	<a href="#">MONTE BIANCO: DA COURMAYEUR A CHAMONIX (Italia, Svizzera, Francia) (COMPLETO)</a>	<a href="#">Jean-Marie</a>
<a href="#">23-27 luglio</a>	<a href="#">MONTE BIANCO: DA CHAMONIX A COURMAYEUR (Francia, Italia)</a>	<a href="#">Gabriele M. Beloyanna</a>
<a href="#">26 luglio - 10 agosto</a>	<a href="#">SPITI: LA "TERRA DI MEZZO" FRA TIBET E INDIA (India)</a>	<a href="#">Eliana</a>
<a href="#">27 luglio - 3 agosto</a>	<a href="#">LE CITTÀ DI BERLINO DI QUA E DI LA DEL MURO (Germania)</a>	<a href="#">Anna C.G.</a>
<a href="#">2 - 9 agosto</a>	<a href="#">GRAN SASSO E MONTI DELLA LAGA (Abruzzo)</a>	<a href="#">Valentina</a>
<a href="#">9 - 15 agosto</a>	<a href="#">OISANS SELVAGGIO, NEL CUORE DEL PARC DES ÉCRINS (Francia)</a>	<a href="#">Adriano</a>
<a href="#">10 - 16 agosto</a>	<a href="#">TOUR DEL GRAND COMBIN (Italia, Svizzera)</a>	<a href="#">Maria</a>
<a href="#">14 - 17 agosto</a>	<a href="#">IL GIRO DEL VISO (Piemonte)</a>	<a href="#">Gabriele M.</a>
<a href="#">20 - 24 agosto</a>	<a href="#">NEL CUORE DEL PARADISO (Valle D'Aosta)</a>	<a href="#">Stefano</a>
<a href="#">21 - 24 agosto</a>	<a href="#">GRANDE BALCONATA DEL CERVINO (Valle D'Aosta)</a>	<a href="#">Anna C.G.</a>
<a href="#">21 - 30 agosto</a>	<a href="#">NATURA E CULTURA DELLA MACEDONIA (Macedonia)</a>	<a href="#">Gabriele M.</a>
<a href="#">26 - 30 Agosto</a>	<a href="#">ALTA VIA DELL'ADAMELLO ORIENTALE (Trentino)</a>	
<a href="#">30 agosto - 14 settembre</a>	<a href="#">NATURA E CULTURA DELL'ARMENIA (Armenia)</a>	<a href="#">Beloyanna</a>
<a href="#">3 - 7 settembre</a>	<a href="#">VAL MAIRA E UBAYE, ATTORNO AL CHAMBEYRON (Italia, Francia)</a>	<a href="#">Jean-Marie</a>
<a href="#">4 - 7 settembre</a>	<a href="#">DOBBIACCO, DOLOMITI, MA NON SOLO (Trentino-Alto Adige)</a>	<a href="#">Giancarlo Z.</a>
<a href="#">11 - 16 settembre</a>	<a href="#">LA VIA DEL RENO (Emilia-Romagna)</a>	<a href="#">Alessandro C.</a>
<a href="#">21 - 28 settembre</a>	<a href="#">SARDEGNA OCCIDENTALE, LUOGHI CHE LASCIANO IL SEGNO (Sardegna)</a>	<a href="#">Francesca</a>
<a href="#">1 - 4 ottobre</a>	<a href="#">ALTA VIA DELLE PARCHI NELLE FORESTE CASENTINESI (Toscana)</a>	<a href="#">Sergio</a>
<a href="#">1 - 6 ottobre</a>	<a href="#">IL CAMMINO DI SAN FRANCESCO (Umbria)</a>	<a href="#">Gabriele C.</a>
<a href="#">1 - 5 ottobre</a>	<a href="#">IL VESUVIO, ERCOLANO E LE SUE VILLE DEL MIGLIO D'ORO (Campania)</a>	<a href="#">Ombretta</a>
<a href="#">1 - 5 ottobre</a>	<a href="#">DALLE CRETE SENESI ALLA VAL D'ORCIA (Toscana)</a>	<a href="#">Gabriele M.</a>
<a href="#">4 - 9 ottobre</a>	<a href="#">LA COSTIERA AMALFITANA (Campania)</a>	<a href="#">Francesca</a>
<a href="#">11 - 19 ottobre</a>	<a href="#">EOLIE SELVAGE: LE SETTE ISOLE (Sicilia)</a>	<a href="#">Beloyanna</a>
<a href="#">13 - 20 ottobre</a>	<a href="#">CYPRUS: CROCEVIA FRA EUROPA, ASIA E AFRICA (Cyprus) COMPLETO</a>	<a href="#">Maria</a>
<a href="#">5 - 8 dicembre</a>	<a href="#">SANTA MARGHERITA LIGURE E PORTOFINO (Liguria)</a>	<a href="#">Giancarlo Z.</a>
<a href="#">5 - 10 dicembre</a>	<a href="#">NAPOLI SOPRA E SOTTO (Campania)</a>	<a href="#">Ombretta</a>
<a href="#">5 - 9 dicembre</a>	<a href="#">CH'AL VEGNÀ A BULAGNA (Emilia-Romagna)</a>	<a href="#">Anna C.G.</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

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

[Sito di Trekking Italia](#)

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

[Pagina Facebook di Trekking Bologna](#)

[Pagina Facebook di Trekking Italia Modena](#)