



TREKKING ITALIA

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

GT – MAIL

Trekmail numero 744

Febbraio 2015

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

Oppure puoi [scaricare il pdf](#)

[Grandi Trek in evidenza](#)

[Altri Grandi Trek aprile, maggio e giugno](#)

[Calendario provvisorio GT 2015](#)





- 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:
 - **LIGURIA** "PASQUA A TORRI SUPERIORE" dal 3 al 7 aprile con Maria Cristina
 - **PALESTINA** "SUL CAMMINO DI ABRAMO: DA JENIN A HEBRON, POI GERUSALEMME" con Beloyanna
 - **EMILIA ROMAGNA** "SUL CRINALI DELLA LIBERTÀ" dal 22 al 25 aprile con Vito
 - **INDIA** "PELLEGRINAGGIO ALLE SORGENTI DEL GANGE" dal 9 al 24 maggio con Jean-Marie

Grandi trek in evidenza

LIGURIA

PASQUA A TORRI SUPERIORE IN ECOVILAGGIO

da venerdì 3 a martedì 7 aprile

[Vedi 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 ed 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 ed il XVIII secolo, quasi completamente restaurato, piccolo gioiello d'architettura popolare, un labirinto di case e passaggi, i famosi caruggi.

Accompagna Maria Cristina

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

[Vedi la scheda del trek](#)





PALESTINA - ISRAEL

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

da mercoledì 3 a lunedì 13 aprile

[Vedi il video](#)



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. L'Agenzia Internazionale di Turismo Responsabile ha riconosciuto Sirajcenter, per l'anno 2012, quale migliore organizzazione turistica nella promozione della cultura locale ed integrazione con la popolazione.

Il trek è progettato per fornire il vantaggio economico esclusivamente alle comunità locali; si mangerà cibo del luogo, si compreranno prodotti e servizi locali, assicurando che il denaro speso resti a disposizione delle singole comunità.

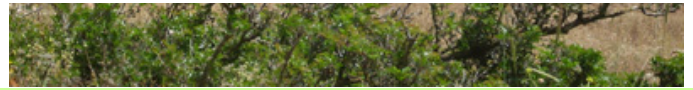
Con l'aiuto della nostra guida anglofona, potremo parlare con le famiglie, scambiare informazioni e conoscere direttamente la realtà in cui vivono. Ci sarà l'opportunità di visitare scuole e, se il gruppo lo desidera, portare sostegno donando materiale didattico.

Accompagna Beloyanna

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

[Vedi la scheda del trek](#)





EMILIA ROMAGNA

SUI CRINALI DELLA LIBERTÀ

da mercoledì 22 a sabato 25 aprile

[Vedi il video](#)



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, ricorrendo il 70° della Liberazione, conosceremo le loro storie e renderemo omaggio alla loro generosità.
Accompagna Vito

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

[Vedi la scheda del trek](#)





EMILIA ROMAGNA - TOSCANA

LA VIA DEGLI DEI DA BOLOGNA A FIRENZE

da venerdì 24 a martedì 28 aprile

[Vedi il video](#)

Trek itinerante con bagaglio trasportato



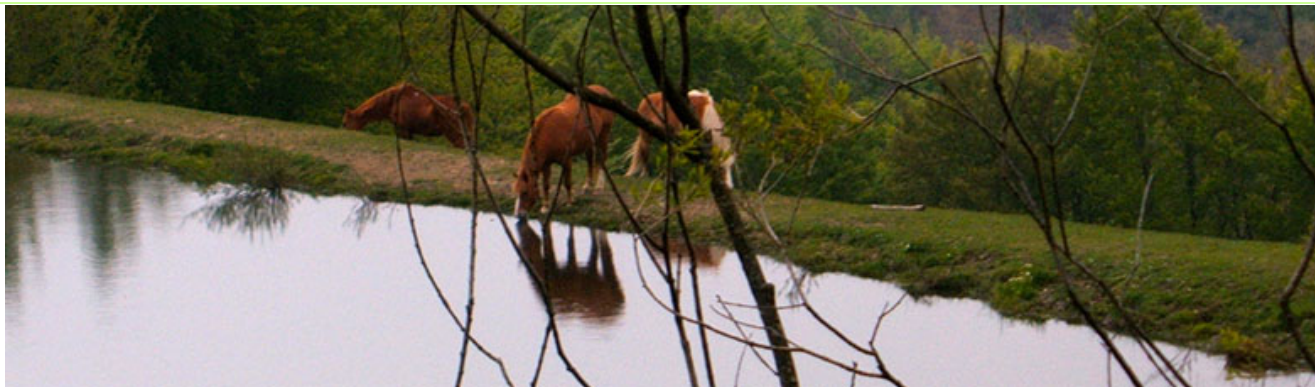
Bologna è qui ai limiti della Pianura Padana, Firenze è là, dietro l'Appennino, distesa nella valle dell'Arno.

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 Jean-Marie

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

[Vedi la scheda del trek](#)



CAMPANIA

LA NOSTRA VERSAILLES DEL SUD, LA REGGIA DI CASERTA

da sabato 25 a mercoledì 29 maggio

[Guarda il video](#)



Trek residenziale

La Reggia di Caserta, oggi Patrimonio dell'Umanità, non è la sola ricchezza di questa terra un tempo chiamata "Campania Felix" !

Qui Ferdinando di Borbone, anticipando tempi più moderni, ideò una piccola comunità industriale: "le seterie di San Leucio", esempio di industrializzazione "illuminata" e che ora sono visitabili.

Si andrà alla scoperta di altri tesori come il borgo medievale di Caserta vecchia raggiungibile con un'antica mulattiera, come il Monte Tifata che le fa da corona e da cui l'occhio spazia fino al mare, come Santa Maria Capua Vetere dalle vestigia romane, come l'antica splendida Abbazia di sant'Angelo in Formis che raggiungeremo a piedi.

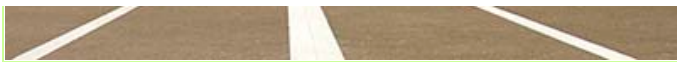
Da conoscere è anche l'oasi WWF del Bosco di San Silvestro i cui lecci fanno da sfondo al parco della Reggia. Nell'oasi è visibile "l'acquedotto carolino" che ne alimenta le magnifiche fontane.

Accompagna Ombretta

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 14 marzo

[Vedi la scheda del trek](#)





FRANCIA

SAINT-TROPEZ E IL VAR

da venerdì 1 a martedì 5 maggio



Trek residenziale

Percorrere sentieri e stradelli lungo la costa e sulle alture alle spalle di Saint-Tropez e nell'Estérel all'inizio di maggio è una delizia: si ammira la fioritura della macchia mediterranea, si godono l'aria limpida e i paesaggi selvaggi! Saint-Tropez è sempre graziosa da visitare. In pochi giorni cammineremo lungo la costa da Agay, faremo un'escursione a Bormes-Les-Mimosas, andremo lungo un sentiero costiero che è anche all'interno di un parco naturale, saliremo sul belvedere del Pic du Cap Roux (rosso come tutte le rocce nell'Estérel).
Accompagna Valentina

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

[Vedi la scheda del trek](#)





SICILIA

LO ZINGARO E LE EGADI: MARETTIMO ELEVANZO

da venerdì 8 a mercoledì 13 maggio

[Vedi il video](#)



Trek residenziale

A ovest della Sicilia, a poche miglia da Trapani sorge l'arcipelago delle Egadi, con le isole di Favignana, Marettimo, Levanzo e gli isolotti di Formica e Maraone. Prima di raggiungere le isole visiteremo la Riserva dello Zingaro tra San Vito Lo Capo e Scopello, un'oasi da sogno immersa nel tipico ambiente mediterraneo, le sue calette su un mare trasparente di un turchese profondo, dolomitica sormontata dal Monte Falcone, con ca 20 km di costa caratterizzata da calette, rocce a picco su un mare trasparente di un turchese profondo, splendide grotte, nonché Punta Troia col Castello costruito dagli Spagnoli nel XVII secolo. Percorreremo Marettimo su sentieri e carrarecce forestali che si inoltrano in una folta e ricca macchia mediterranea fatta di rosmarino, timo, euforbia, cisto e tantissime altre specie endemiche. Soggiungeremo in confortevoli case private messe a disposizione da famiglie di pescatori ed ex pescatori.

Da Marettimo ci porteremo a Levanzo, la più piccola delle isole e la più vicina alla costa. Raggiungeremo in jeep la Grotta del Genovese, un vero tesoro per gli appassionati della preistoria, con le sue incisioni graffiti e dipinti preistorici raffiguranti cervi bovini cavalli risalenti al paleolitico e neolitico. Dalla grotta ritorneremo a Cala Dogana passando per il Faraglione lungo sentieri a mezza costa.

Accompagna Renato

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 20 marzo 2015

[Vedi la scheda del trek](#)





INDIA

PELLEGRINAGGIO ALLE SORGENTI DEL GANGE

da sabato 9 a domenica 24 maggio

[Vedi il video](#)



Trek itinerante con bagagli trasportati

Andiamo nel Garwhal, una regione tra le più belle e sacre dell'India alla frontiera col Tibet a Nord-Est e col Nepal a Sud-Est. E' la mitica terra di Lord Shiva. Gli induisti effettuano il pellegrinaggio alle fonti del Gange e il bagno rituale nelle sue acque per purificarsi e fare un ulteriore passo verso la salvezza.

Cammineremo su un buon sentiero con i pellegrini e i sadhu, renderemo omaggio al Gange, alla natura e alla montagna, ai diversi templi che incontreremo sia lungo il sentiero che seguiremo durante il trek sia nelle città che visiteremo.

Il viaggio comincia e finisce a Delhi poi seguiremo la valle del Gange: ne approfitteremo per fermarci a Rishikesh, capitale mondiale dello Yoga, e nella città sacra di Haridwar dove parteciperemo alla puja e al bagno sacro nel Gange.

L'ultimo giorno sarà dedicato alla visita di Delhi.

Accompagna Jean-Marie

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 13 marzo 2015

[Vedi la scheda del trek](#)





TURCHIA

LA LICIA DEI 7 CAPI ED OLTRE

da venerdì 8 a domenica 17 maggio

[Vedi 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.

Questo trek è collegato al trek in Cappadocia che proponiamo dal 17 al 24 maggio. Chi volesse partecipare anche al secondo trek potrà contattare gli accompagnatori per pianificare il soggiorno.

Accompagnano Vito e Davide

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 22 aprile

[Vedi la scheda del trek](#)



TURCHIA

CAPPADOCIA

da venerdì 17 a domenica 24 maggio

[Vedi il video](#)

Trek residenziale

Un territorio vulcanico di ceneri e lapilli eroso in forme bizzarre dalla natura dove eremiti e comunità cristiane hanno trovato la pace della meditazione e il



riparo dalle persecuzioni iconoclaste scavando grotte, villaggi e chiese che hanno trasformato un paesaggio irreal e inospitale in un luogo di magica bellezza. Partendo da Goreme, nel cuore della Cappadocia, visiteremo valli, canyon e villaggi dove sopravvivono le testimonianze più antiche della civiltà rupestre per terminare a Istanbul e immergersi nelle atmosfere contrastanti della città cerniera tra oriente e occidente. Un territorio e una città inserite nella lista UNESCO come Patrimonio dell'Umanità.

Itinerario: Il trek si snoda in 4 anelli dentro le spettacolari valli intorno a Goreme con visita ai villaggi di Cavusin, Ortahisar, Mustafapasa, Ibrahimpasa, Uchisar e alle città sotterranee di Derinkuyu e Kaymakli. A Goreme, possibilità di volo in mongolfiera, per ammirare dall'alto valli e canyon. Una intera giornata la passeremo a Istanbul, in tempo per programmare un rientro più lungo nella città che fa da cerniera tra Europa e Asia.

Accompagnano Vito e Davide

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 30 marzo 2015

[Vedi la scheda del trek](#)



CAMPANIA

AZZURRO CILENTO

da giovedì 28 maggio a mercoledì 3 giugno

[Vedi il video](#)



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 Valentina

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 24 aprile 2015

[Vedi la scheda del trek](#)



UMBRIA

VALNERINA, TRA CASCATE, CIME E CASTELLI

da sabato 30 maggio a martedì 2 giugno

[Vedi il video](#)



Trek residenziale

Quasi una Arcadia, ricca di acque, boschi e altopiani ricoperti di prati con fioriture magnifiche. Il verde intenso delle leccete e i monti dalle sagome arrotondate, i vigneti, gli uliveti, i borghi arroccati, le antiche chiese, saranno lo sfondo del nostro cammino in un territorio poco turisticizzato.

Attraverseremo camminando questo territorio nei monti Sibillini, nel sud dell'Umbria, terra di conquiste dai Longobardi in poi, includendo sia gli aspetti storico-antropici, con torri, paesi- castello, monasteri e curiosità, che quelli ambientali e paesaggistici, come le famose cascate delle Marmore, gli ambienti d'altopiano e le cime che dominano vasti territori. Ci ospita un accogliente agriturismo, il cui gestore cucinerà per noi in modo naturale e rispettoso delle tradizioni locali.

Accompagna Maria

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 17 aprile 2015

[Vedi la scheda del trek](#)



Altri Grandi Trek di aprile maggio e giugno

[Vedi il video](#)



SICILIA ZIBIBBO E TERME NATURALI, CAMMINARE IN PANTELLERIA da sabato 25 aprile a venerdì 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, profumi, 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 ed araba che caratterizza l'isola. Infine bagni caldi e freschi, fanghi, sauna, terme e gli ottimi piatti panteschi 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.

L'agriturismo Zinedi si trova a 200 m d'altezza, in zona aeroporto. E' costituito dalla casa padronale e da alcune unità autonome ristrutturate immerse nel verde. E' dotato di piscina e solarium. La cucina è tipica pantesca a base di pesce e verdure e non manca lo zibibbo.

Accompagna Eliana

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

[Vedi la scheda del trek](#)



SARDEGNA LA COSTA SUD DI BOSA E IL SUPRAMONTE da sabato 25 aprile a venerdì 1 maggio Trek residenziale

Escursioni lungo la splendida costiera di Bosa, solitaria e selvaggia, nelle doline carsiche del Supramonte alla ricerca di antichi villaggi nuragici e nelle zone umide dove svernano migliaia di fenicotteri rosa.

Accompagna Francesca

Vedi il video



**CAMPANIA
CAPRI E SOLO CAPRI**
da mercoledì 20 a domenica 24 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

**EMILIA ROMAGNA
CHAL' VEGNÀ A BULAGNA**
da sabato 30 maggio a martedì 2 giugno



Ogni città, si è detto, è come un palinsesto su cui gli abitanti, secolo dopo secolo, hanno scritto e riscritto, e su cui si continua sempre a scrivere senza che nulla venga mai veramente perduto. Percorrendo gli spazi di Bologna ne troveremo il tempo, seguendo le tracce e osservando gli scorci potremo raccontarne le tante storie, passate e presenti, che ci rimandano la sua vocazione e le sue scommesse, i suoi vanti e le sue ferite. Una immersione totale che piacerà molto a tutti quelli che amano camminare l'anima delle città.

Accompagna Anna C.G.

Calendario provvisorio dei prossimi Grandi Trek di Trekking Italia Bologna

14 - 18 febbraio	PROCESSO A BIAGIO DELLE CASTELLARE SULLE CIASPOLE (Trentino)	Gabriele e Sergio
3 - 7 aprile	PASQUA A TORRI SUPERIORE IN ECOVILAGGIO (Liguria)	Maria Cristina
3 - 13 aprile	SUL CAMMINO DI ABRAMO: DA JENIN A HEBRON, POI GERUSALEMME (Palestina)	Beloyanna
22 - 25 aprile	SUI CRINALE DELLA LIBERTÀ (Emilia Romagna)	Vito
24 - 28 aprile	LA VIA DEGLI DEI: TRAVERSATA DA BOLOGNA A FIRENZE (Emilia Romagna e Toscana)	Jean-Marie
25 - 29 aprile	LA NOSTRA VERSAILLES DEL SUD: LA REGGIA DI CASERTA (Campania)	Ombretta
25 aprile - 1 maggio	ZIBIBBO E TERME NATURALI: CAMMINARE IN PANTELLERIA (Sicilia)	Eliana
25 aprile - 1 maggio	SARDEGNA, LA COSTA SUD DI BOSA E IL SUPRAMONTE (Sardegna)	Francesca
1 - 5 maggio	SAINT-TROPEZ E IL VAR (Francia)	Valentina
8 - 13 maggio	LE EGADI: MARETTIMO E LEVANZOE FAVIGNANA (Sicilia)	Renato
9 - 24 maggio	PELLEGRINAGGIO ALLE SORGENTI DEL GANGE (India)	Jean-Marie
9 - 17 maggio	LA LICIA DEI SETTE CAPI ED OLTRE (Turchia)	Vito e Davide
16 - 24 maggio	CAPPADOCCIA (Turchia)	Vito e Davide
20 - 24 maggio	CAPRI E SOLO CAPRI (Campania)	Ombretta
28 maggio - 3 giugno	AZZURRO CILENTO (Campania)	Valentina
29 maggio - 2 giugno	TREK E YOGA NEL MONTEFELTRO (Romagna e Marche) (COMPLETO)	Jean-Marie
30 maggio - 2 giugno	CH'AL VEGNÀ A BULAGNA (Emilia Romagna)	Anna
30 maggio - 2 giugno	VALNERINA, TRA CASCATE, CIME E CASTELLI (Umbria)	Maria
13 - 16 giugno	LA VIA VANDELLI	Maria
25 - 28 giugno	TREK E VELA AL GIGLIO E GIANNUTRI (Toscana)	Federica
29 giugno - 4 luglio	SCAPPO DELLA CITTÀ E VADO IN MONTAGNA: DA BRESCIA A MONTE MANIVA (Lombardia)	Andrea L.
2 - 11 luglio	MACEDONIA, LA PERLA DEI BALCANI (Repubblica di Macedonia)	Beloyanna
4 - 12 luglio	CAMMINARE NEL CUORE DEI BALCANI (Kosovo, Montenegro, Albania)	Jean-Marie
	VAL DI FUNES, LE ODLE - DOLOMITI COME ERANO UNA VOLTA (Trentino Alto)	

10 - 13 luglio	Adige)	Marco
18 - 25 luglio	LA GUERRA BIANCA IN ADAMELLO (Lombardia)	Maria
18- 25 luglio	I MONTI DAUNI, LE DOLCI COLLINE DI PUGLIA (Puglia)	Vitto
1 - 8 agosto	DA COGNE ALL'AVIC (Val d'Aosta)	Leonardo
1 - 16 agosto	LADAKH: CAMMINARE SUL TETTO DEL MONDO AL SUONO DELLE CAMPANE BUDDISTE (India)	Beloyanna
9 - 23 agosto	TURCHIA INSOLITA: LA COSTA EGEE (Turchia)	Eliana
4 - 13 settembre	L'EST INCONTRA L'OVEST (Bosnia Erzegovina)	Anna C.
4 - 11 settembre	FEZ E LA FORESTA DI CEDRI DEL MEDIO ATLAS (Marocco)	Beloyanna
12 - 20 Settembre	LISBONA E LA ROTA VICENTINA (Portogallo)	Fernando

[Catalogo dei Grandi Trek 2015 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

[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