



# TREKKING ITALIA

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



## GT – MAIL

Trekmail numero 846

Settembre 2016

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

Oppure puoi [scaricare il pdf](#)

[Grandi Trek in evidenza](#)

[Altri trek](#)

[Calendario provvisorio GT 2016](#)

- 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:

[CAMPANIA](#) - NAPOLI SOPRA E SOTTO, accompagna Ombretta, dal 3 al 8 dicembre;

[EMILIA-ROMAGNA](#) - CH'AL VEGNÀ A BULÀGNA, accompagna Anna dal 8 al 11 dicembre.

**Grandi trek in evidenza**

**CAMPANIA**

# VESUVIO, ERCOLANO E LE VILLE DEL MIGLIO D'ORO

da venerdì 7 a martedì 11 ottobre 2016



## 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](#)



## CAMPANIA

### NAPOLI SOPRA E SOTTO

da sabato 3 a giovedì 8 dicembre 2016



### 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 Pausylipon, e su tutto ampi e sempre nuovi panorami sul mare!

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

[Vedi la scheda del trek](#)



**EMILIA - ROMAGNA**

**CH'AL VEGNÂ A BULÀGNA**

**da giovedì 8 a domenica 11 dicembre 2016**

Trek residenziale

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

[Vedi la scheda del trek](#)

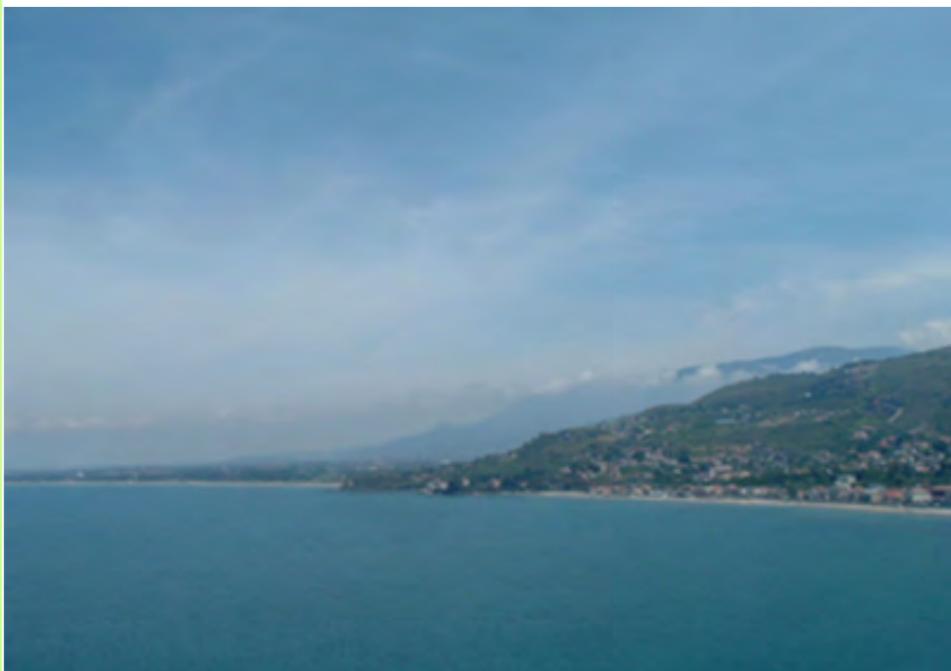


## CAMPANIA

### CAPODANNO NELL'AZZURO CILENTO

da martedì 27 dicembre a lunedì 2 gennaio

[Vedi il video](#)

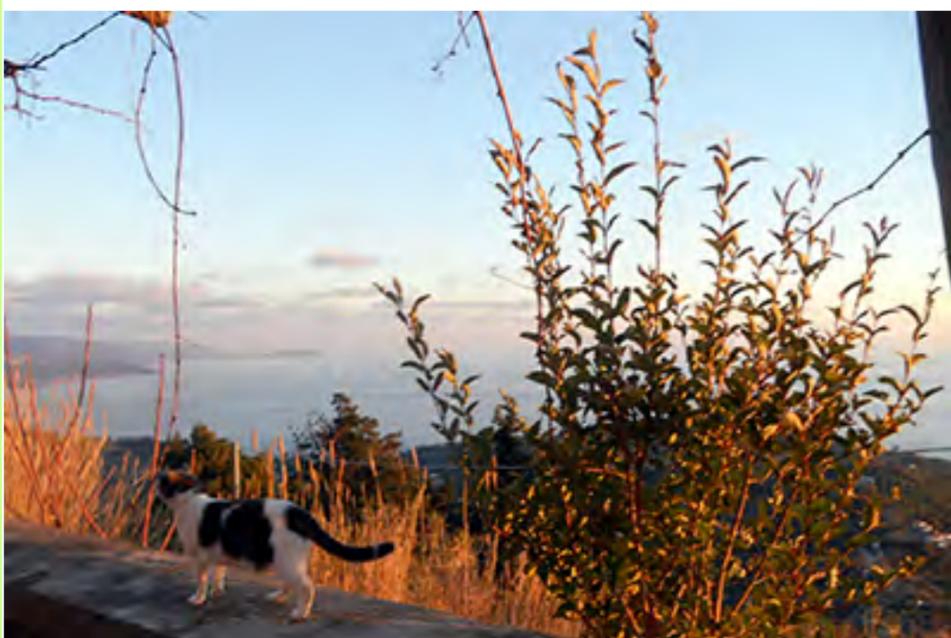


#### Trek residenziale

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. 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.  
Accompagna Maria Cristina

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

[Vedi la scheda del trek](#)



## SARDEGNA

### CAPODANNO RURALE TRA BOSCHI, OLIVETTI E DUNE FOSSILI

da martedì 27 dicembre a Domenica 1 gennaio

#### 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 Federica

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 6 novembre

[Vedi la scheda del trek](#)



## TRENTINO - ALTO ADIGE

### BEFANA 2017: CIASPOLATE IN VAL DI RABBI

da mercoledì 4 a domenica 8 gennaio

#### Trek residenziale

Nello splendido scenario del Parco Nazionale dello Stelvio la Val di Rabbi è luogo ideale per gite con le ciaspole grazie ai suoi terreni che attraversano boschi e strade forestali, anche se non mancano cime impegnative anche dal punto di vista alpinistico come il Brenta, la Presanella e l'Ortles. Noi affronteremo ciaspolate non difficili ma che richiedono comunque un buon allenamento, i dislivelli sono dagli 600 ai 1000 m, con lunghezze dagli 8 ai 12 km e si camminerà mediamente 5/7 ore al giorno.  
Inoltre al ritorno delle nostre gite potremo rilassarci nella piscina dell'albergo e fare un idromassaggio.  
Accompagna Gianni R.

Quota agevolata per chi fa l'iscrizione entro il 25 novembre

[Vedi la scheda del trek](#)



**FRANCIA**

**NIZZA FRA COSTA E ARRIÈRE-PAYS**

**da mercoledì 4 a domenica 8 gennaio**

Trek residenziale

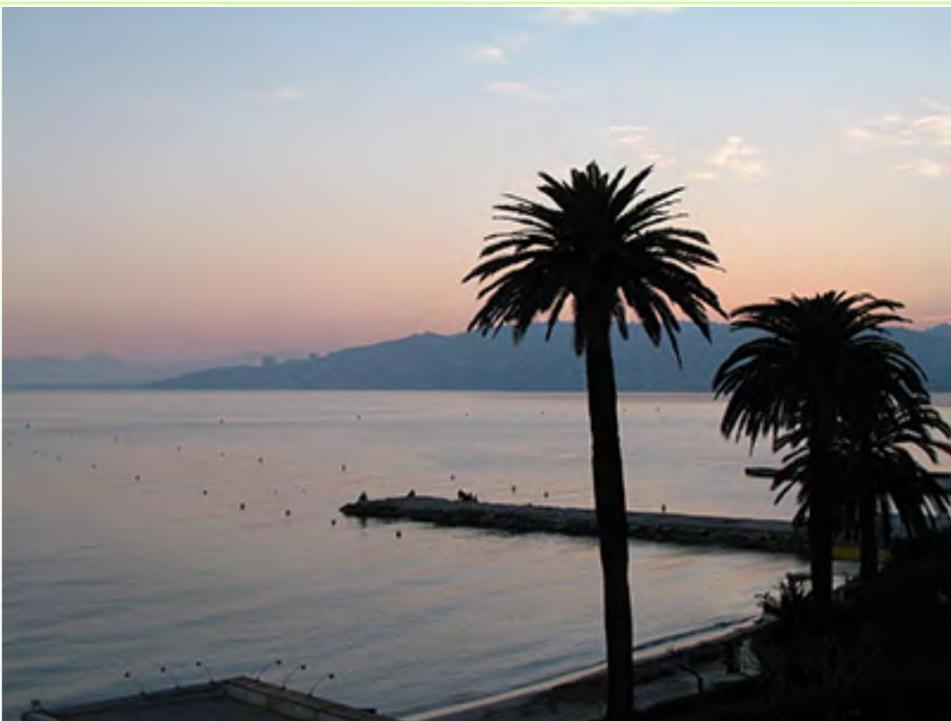


Nizza è una grande città molto interessante di per sé e circondata da luoghi incantevoli, sia sul mare che nell'entroterra. Approfitteremo dell'Epifania per fare alcuni trek nei dintorni di Nizza, in luoghi più noti – come l'incantevole penisola di Cap Ferrat e le isole di Lérins di fronte a Cannes – e meno noti come l'Aspremont. Al ritorno faremo un'escursione da Saorge in Val Roya. Il clima a Capodanno è sempre abbastanza buono nel sud della Francia e quindi ci auguriamo di poter fare tutte le nostre escursioni!

Accompagna Valentina

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

[Vedi la scheda del trek](#)



## Altri trek

**TRENTINO - ALTO ADIGE  
CIASPOLE E YOGA AL RENON**  
lunedì 2 a domenica 5 gennaio 2017  
Residenziale

Con le ciaspole tra le meraviglie dell'altopiano del Renon (1200/2000 mt) di fronte al grande dente dello Sciliar. I sentieri sono tanti e il panorama sulle Dolomiti è superbo. Trekking e yoga in un contesto particolarmente adatto alle pratiche salutistiche

Accompagna Alfonso, insegnante di Yoga Simona Ramazzotti



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

<u>21 - 25 settembre</u>	<u>LA VIA DEGLI DEI (Emilia-Romagna - Toscana) (COMPLETO)</u>	<u>Adriano</u>
<u>1 - 6 ottobre</u>	<u>LA COSTIERA AMALFITANA (Campania) (COMPLETO)</u>	<u>Renato</u>
<u>1 - 9 ottobre</u>	<u>EOLIE SELVAGGE: LE SETTE ISOLE (Sicilia) (COMPLETO)</u>	<u>Aurelio</u>
<u>7 - 11 ottobre</u>	<u>IL VESUVIO, ERCOLANO E LE SUE VILLE DEL MIGLIO D'ORO (Campania) 3 posti disponibili</u>	<u>Ombretta</u>
<u>3 - 8 dicembre</u>	<u>NAPOLI SOPRA E SOTTO (Campania)</u>	<u>Ombretta</u>
<u>8 - 11 dicembre</u>	<u>CH'AL VEGNÀ A BULAGNA (Emilia-Romagna)</u>	<u>Anna</u>
<u>27 dicembre - 2 gennaio</u>	<u>CAPODANNO NELL'AZZURRO CILENTO (Campania)</u>	<u>Maria Cristina</u>
<u>27 dicembre - 1 gennaio</u>	<u>CAPODANNO RURALE TRA BOSCHI, OLIVETI E DUNE FOSSILI (Sardegna)</u>	<u>Federica</u>
<u>2 - 5 gennaio</u>	<u>CIASPOLE E YOGA AL RENON (Trentino - Alto Adige)</u>	<u>Alfonso</u>
<u>4 - 8 gennaio</u>	<u>BEFANA 2017: CIASPOLATE IN VAL DI RABBI (Trentino - Alto Adige)</u>	<u>Gianni R.</u>
<u>4 - 8 gennaio</u>	<u>NIZZA: TRA COSTA E ARRIÈRE PAYS (Francia)</u>	<u>Valentina</u>

**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](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](#)

[Pagina Facebook di Trekking Italia Ferrara](#)