

# Trieste, il Carso e il mare

Giorni di trek: 4

Periodo: dal 30/05/2026 al 02/06/2026

Difficoltà: facile

Tipologia di trek: residenziale

Pernottamento: Appartamento privato

**Quota di partecipazione: 400 euro**

**Compreso nella quota:** pulmino riservato, accompagnamento

**Non compreso nella quota:** colazione condivisa in appartamento, cene, eventuali ingressi

**Necessaria tessera Cai**

**Iscrizioni entro 30 aprile, Caparra euro 100**

## Presentazione

La Val Rosandra, il Castello di Miramare, le terre rosse delle doline, il bianco del Ciglione Carsico... una tavolozza cromatica che si associa all'azzurro mare della riviera triestina. La Val Rosandra si presenta come una profonda e grandiosa spaccatura scavata dall'omonimo torrente che, nel corso di millenni, ha modellato le rocce offrendo spettacolari morfologie. La particolare posizione geografica motiva la concentrazione di associazioni vegetali che offrono un panorama floristico di eccezionale interesse. Non bastano queste poche parole per descrivere la storia e le peculiarità della città di Trieste: dai castellieri arroccati sulle alture, alla leggenda dello sbarco, alle foci del Timavo, dell'eroe greco Giasone con gli Argonauti alla ricerca del "vello d'oro". Al clima ottocentesco, un clima di prosperità generale, dove vennero fondati i grandi gruppi assicurativi, le compagnie di navigazione, si sviluppò la Borsa e crebbe la produzione artistica e culturale, i caffè letterari... Un trek in un ambiente unico per morfologia, vegetazione e collocazione geografica che arricchisce il paniere degli intenditori che amano i sentieri "dentro e fuori dalle città d'arte".

**Andata:** viaggio con pulmino riservato

**Ritorno:** viaggio di rientro

## 1 Giorno 30 maggio

Ritrovo a Trieste.

Sistemazione presso appartamento privato

Trasferimento a Miramare.

Il Castello di Miramare è un edificio in stile eclettico, costruito tra il 1856 e il 1860 per volere dell'arciduca Massimiliano d'Asburgo su progetto di Carl Junker. L'anello del Parco (22 ettari), adagiato sulla riva del mare e creato dal committente su un promontorio allora privo di vegetazione, offre l'occasione di una passeggiata botanica di notevole interesse.

**Trek:** Anello del Parco del Castello di Miramare

- pranzo con propri viveri

Dislivello salita: 30 m / Dislivello discesa: 30 m

Ore di cammino effettive senza sosta: 02:00

Rientro in hotel, cena in trattoria.

## Giorno 31 maggio

Colazione in autogestione

Trasferimento in bus di linea per Bagnoli della Rosandra.

Un sentiero che inanella cultura materiale e paesaggio: i resti dell'acquedotto romano (I sec. d.C.) dell'antica urbe tergestina, la Chiesetta di Santa Maria in Siaris e il Cippo Comici (salita facoltativa ma appagante per la bellezza dei panorami), la cascata del Torrente Rosandra, alta circa 40 m, il tracciato della vecchia ferrovia Trieste-Erpelle-Cosina, realizzata tra il 1885 e il 1887, che lungo il "ciglione" ci porta a Sant'Antonio in Bosco con ampie vedute panoramiche.

- pranzo con propri viveri

**Trek:** Botazzo, Sentiero ferrovia dimessa, Ciglione, Hrvati, Sant'Antonio in Bosco

Dislivello salita: 465 m / Dislivello discesa: 345 m

Ore di cammino effettive senza sosta: 04:30

Rientro in Hotel, cena a Trieste, locale tipico.

**Note varie:** La sistemazione in appartamento privato in autogestione, con cena in trattoria.

Il programma delle escursioni può subire delle modifiche dovute alla situazione meteorologica, alla percorribilità dei sentieri o ad altri eventi imprevedibili.

## Organizzazione:

Sede Organizzatrice: A piedi si Può

Socio Accompagnatore: Enrico Ferrari 3288873444 / enricotrek@gmail.com

Vettori: pulmino riservato

## Giorno 01 giugno

Colazione in autogestione. trasferimento a Opicina.

Opicina è conosciuta per essere la stazione di arrivo del "Tram de Opicina", cioè di una delle poche tranvie italiane dapprima a cremagliera e poi trasformata in funicolare che collega il centro di Trieste con l'altopiano carsico. Dall'Obelisco di Opicina parte la Strada Napoleonica (il cui vero nome è Strada Vicentina dal cognome dell'ing. Vicentini che ne progettò il tracciato), che correndo sul ciglione carsico, alta rispetto al mare, coglie dei bei panorami su Trieste e sul golfo.

**Trek:** Opicina, Obelisco, Strada Napoleonica, Vedetta d'Italia, Santuario Borgo Grotta

- pranzo con propri viveri

Trasferimento a Duino.

Il Sentiero Rilke si sviluppa a picco sul mare dal castello di Duino fino a Sistiana: è l'esempio più significativo dell'incontro tra la dolcezza mediterranea e l'incantevole asperità dell'altopiano carsico. La sua particolare posizione favorisce la crescita di molte varietà di piante: durante la passeggiata si possono incontrare piante tipicamente mediterranee, come il leccio e l'olivo selvatico ed altre caratteristiche del paesaggio carsico, come la quercia.

**Trek:** Duino, Sentiero Rilke, Sistiana

Dislivello salita: 250 m / Dislivello discesa: 250 m

Ore di cammino effettive senza sosta: 04:00

Rientro in Hotel, cena in trattoria.

## Giorno 02 giugno

Colazione.

Trasferimento a San Martino del Carso, trek e visita del museo

- pranzo con propri viveri

Viaggio di rientro

**A piedi si può** 