



Archivio PromoturismoFVG - Pentaphoto

TREKKING SUL PERCORSO DELL'ALPE ADRIA TRAIL

 Viaggio individuale

 Trekking

 101-121 km

 Semplice

Durata: 8 giorni / 7 notti

Consigliato da 14 anni



DESCRIZIONE

L'Alpe-Adria-Trail è uno spettacolare cammino a lunga percorrenza che dalla Carinzia conduce a piedi al confine austriaco-sloveno-italiano, alla Slovenia e fino al Mare Adriatico. Questo trekking con inizio a Cividale del Friuli vi permetterà di conoscere i territori di confine tra Friuli-Venezia-Giulia e Slovenia; l'itinerario si svolge infatti in un territorio che è crocevia di culture, ed offre una grande varietà culturale e naturalistica. Da Cividale si raggiunge presto Castelmonte, importante meta di pellegrinaggio, e poi si attraversano Cormons, Karst e Brda fino a raggiungere la meravigliosa Trieste, un tempo città asburgica. L'itinerario si svolge lungo sentieri di trekking già esistenti e ben collegati tra loro; è concepito come un trekking facile e piacevole che si sviluppa prevalentemente su un terreno non alpino. Non è necessaria esperienza di arrampicata. Adatto a ragazzi dai 14 anni.

VIAGGIO A PIEDI: ALPE ADRIA, CIVIDALE – TRIESTE

PERCORSO DETTAGLIATO

📍 **Giorno 1: Cividale del Friuli**

Arrivo individuale in hotel a Cividale del Friuli.

📍 **Giorno 2: Cividale del Friuli – Prepotto**

(ca. dislivello + 520 m, - 540 m; ca. 7 ore; variante: ca. dislivello +90 m, -110 m; ca. 3-4 ore)

Lasciata la città longobarda di Cividale il sentiero vi porterà a Castelmonte, il santuario più antico del Friuli-Venezia Giulia e anche uno dei più antichi santuari cristiani. Godetevi da qui la vista mozzafiato sulla pianura friulana e sulla slovena Brda. La giornata si concluderà con l'arrivo a Prepotto dove potrete gustare un ottimo vino locale. In alternativa potrete seguire l'Alpe Adria Trail ufficiale fino a Prepotto.

📍 **Giorno 3: Prepotto – Smartno/dintorni**

(ca. dislivello + 620 m, - 460 m; ca. 5 ore)

Il percorso di oggi vi porterà lungo il confine italo-sloveno attraverso i paesaggi vitivinicoli del Collio punteggiati da numerose chiese. Proseguirete fino a Smartno, una piccola zona residenziale nel comune di Brda. Il vostro sguardo potrà estendersi dalle Alpi Carniche sul Friuli fino all'Adriatico.

📍 **Giorno 4: Smartno/dintorni – Cormons**

(ca. dislivello + 350 m, - 550 m; ca. 4-5 ore)

Circondati dai famosi vitigni DOC, nonché da vitigni autoctoni e antichi di notevole importanza, raggiungerete Cormons, cittadina dallo stile asburgico. Questa piccola città è oggi il centro culturale del Collio. Concedetevi un assaggio di buon vino nell'Enoteca direttamente sulla piazza principale.

📍 **Giorno 5: Cormons – Gradisca d'Isonzo**

(ca. dislivello + 100 m, - 120 m; ca. 4-5 ore)

La tappa odierna vi condurrà attraverso il paesaggio collinare del Collio Goriziano con i suoi vigneti, fino a Gradisca d'Isonzo. Il nome Gradisca ha radici slave e significa „luogo stabile“. Sotto il dominio veneziano fu costruita una fortezza contro la minaccia turca dall'est alla fine del 15° secolo. Durante la dominazione austriaca il forte fu utilizzato come prigione. Nel centro storico troverete l'Enoteca Regionale nel Palazzo dei Provveditori (XV secolo), noto come LA SERENISSIMA. Qui potrete assaggiare ed acquistare diversi vini della regione. Di notevole interesse sono anche i resti delle possenti mura cittadine.

📍 **Giorno 6: Gradisca d'Isonzo – Monfalcone – Duino/Sistiana**

(ca. dislivello + 670 m, - 650 m; ca. 8-9 ore; variante: ca. dislivello +/- 420 m; ca. 6 ore + bus - biglietto non incluso)

Questa mattina lascerete Gradisca d'Isonzo e la pianura del fiume omonimo per dedicarvi ad una bella escursione nel territorio del Carso dove si trovano ancora molte tracce della prima guerra mondiale. Lungo la strada seguirete il percorso di numerosi corsi d'acqua sotterranei nel bacino del fiume Isonzo (ad esempio Doberdo del Lago), ed incontrerete la foce del fiume Timavo. Questo fiume, con i suoi 2 km di lunghezza, è probabilmente il fiume più corto al mondo. L'ultima parte del tour da Monfalcone a Duino / Sistiana può essere abbreviata utilizzando l'autobus (biglietto non incluso). Alla fine della giornata Duino vi darà il benvenuto con il suo omonimo castello.

📍 **Giorno 7: Duino/Sistiana – Trieste**

VIAGGIO A PIEDI: ALPE ADRIA, CIVIDALE – TRIESTE

(ca. dislivello + 460 m, - 500 m; ca. 7-8 ore)

La prima parte del percorso vi porterà sul famoso sentiero di Rilke, che prende il nome dal poeta tedesco Rainer Maria Rilke. Proseguirete poi affacciati su una terrazza lungo il Carso verso Prosecco ed infine verso la capitale del Friuli-Venezia Giulia, Trieste. Terminate la vostra giornata rilassandovi in Piazza Unità d'Italia incorniciata dai suoi palazzi eclettici.

Giorno 8: Trieste

Partenza individuale da Trieste o possibilità di prolungare il soggiorno.

VIAGGIO A PIEDI: ALPE ADRIA, CIVIDALE - TRIESTE

INFORMAZIONI GENERALI

- **Tipo di viaggio:** Viaggio individuale
- **Durata:** 8 giorni / 7 notti
- **Lunghezza del percorso:** ca. 101-121 km
- **Punto di partenza:** Cividale del Friuli
- **Arrivo:**

In auto: itinerario programmabile su www.viamichelin.it o www.google.com/maps

In treno: stazione di Cividale del Friuli. Orari su: www.deutschebahn.de, www.oebb.at, www.trenitalia.com.

In aereo: gli aeroporti più vicini sono Trieste, Venezia, tutti ben collegati con bus e/o treni a Cividale.

- **Alloggio:**

B&B o hotels 3***.

Attenzione: eventuale tassa di soggiorno da pagare direttamente sul posto!

- **Parcheggio:**

Parcheggio gratuito non custodito disponibile al primo hotel.

- **Trasferimento:**

Il sabato possibile transfer con minibus da Trieste a Cividale del Friuli al prezzo di € 39.00/persona - da prenotare e pagare al momento della prenotazione. Minimo 2 persone.

Alternativa: con il treno da Trieste per Udine fino a Cividale (www.trenitalia.it)

LA QUOTA COMPRENDE

- Pernottamenti in B&B e hotel 3*** in camera doppia con servizi privati
- Prima colazione
- Videobriefing
- Trasporto bagaglio da hotel a hotel
- Percorso ben elaborato
- Documenti di viaggio dettagliati (mappe, descrizione, luoghi, numeri di telefono importanti)
- App di navigazione
- Servizio di assistenza telefonica per tutta la durata del tour
- Assicurazione medico/bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE

- Arrivo al punto di partenza del tour
- Viaggio di rientro a fine tour
- Tutti i pasti (pranzi e cene)
- Le bevande
- Tasse di soggiorno e tutti gli extra in genere
- Biglietto bus Monfalcone - Duino
- Ingressi non indicati
- Assicurazione facoltativa annullamento viaggio
- Tutto quanto non espressamente indicato alla voce "Servizi inclusi"

VIAGGIO A PIEDI: ALPE ADRIA, CIVIDALE - TRIESTE

PARTENZE



PREZZI

standard

Quota in camera doppia Dal 11/04/2026 al 31/10/2026 899 €

Quota alta stagione Dal 11/07/2026 al 29/08/2026 949 €

Supplemento camera singola 249 €

Servizi supplementari

no bike 0 €

Notte supplementari

Maggiori informazioni sul sito web