

## SENTIERO STORICO E NATURALISTICO DI PUNTA BRATINA

Sabato 29 marzo, in collaborazione con Giovanni De Palo del Gruppo Speleologico Flondar, proponiamo un percorso della Grande Guerra sul sentiero Bratina. La camminata è molto piacevole e interessante. Partendo dalla Piazza del Villaggio del Pescatore (TS) si percorrono in parte le trincee della Prima Guerra Mondiale. Si potranno visitare delle opere militari risalenti alla Prima e alla Seconda Guerra Mondiale. Raggiunto il Fiume Timavo, si potranno vedere le tracce di una viabilità di probabile origine protostorica ed i resti di epoca romana, di un edificio del I secolo a. C. detto Castel Pucino o Palazzo d'Attila.

Il sentiero tracciato nel 2012 dal Gruppo Speleologico Flondar sul promontorio Bratina, si estende tra il Villaggio del Pescatore (TS) ed il Fiume Timavo. Il percorso non presenta alcuna difficoltà, è quasi totalmente pianeggiante ed è di circa 4 Km, facilmente raggiungibile anche dalla Chiesa di San Giovanni in Tuba.

Al termine si potrà visitare il museo, nel quale sono esposti dei plastici della zona, reperti della Grande Guerra e pannelli sulla storia del paese a partire dagli anni '50.

Mercoledì 11 marzo la camminata nordica è momentaneamente sospesa, in quanto le Vostre Istruttrici sono state invitate a partecipare all'evento conclusivo del progetto "Alimentiamo il Benessere" - Giovani e Volontariato della LILT di Trieste e questo è il programma:

### **“Giovani e Volontariato” Progetto Regione FVG “ALIMENTIAMO IL BENESSERE”**

**Evento conclusivo del percorso su Alimentazione e Benessere promosso dalla LILT Trieste presso la Scuola Alberghiera –Ial FVG di Trieste per l'anno scolastico 2014/2015**

In occasione della imminente settimana nazionale della prevenzione oncologica, la LILT Trieste organizza il giorno **mercoledì 11 marzo p.v.**, alle **ore 13.00** presso l'**Hotel Europalace** di Monfalcone (via Callisto Cosulich, 20), l'evento conclusivo “*Alimentiamo il Benessere*” nell’ambito del progetto “Giovani e Volontariato”, sostenuto dalla Regione FVG e con il patrocinio di Federsanità ANCI FVG, dedicato agli studenti della Scuola Alberghiera –Ial FVG di Trieste per l'anno scolastico 2014/2015.

Il progetto ha coinvolto gli studenti della terza e quarta della Scuola Alberghiera ed è stato condotto da professionisti nel campo dell'alimentazione, delle scienze mediche e molecolari e della comunicazione al fine di sensibilizzare e formare gli studenti sul concetto di salute e benessere e sulle basi della sana e corretta alimentazione.

L'evento del percorso conclusivo vedrà coinvolti in particolare i ragazzi della quarta classe che, divisi in **quattro gruppi**, dovranno elaborare un “**brunch dello sportivo**”, avendo come fruitori in sala un gruppo di sportivi di Nordic Walking dell'Associazione “*I sentieri del cuore*” di Duino-Aurisina, una associazione molto attiva nel territorio nel proporre camminate secondo lo stile nordico.

### **Basovizza e Lipica/Lipiza**

La camminata nordica organizzata per mercoledì 18 e sabato 21 marzo è tra la Località di Basovizza e Lipica/Lipiza. Passeremo per la Dolina Marije Lurske, la dolina della Madre di Dio, con una cappella scavata nella parete naturale. La dolina è molto curata, adornata di piante e fiori ed è diventata un piccolo vero e proprio Santuario.

Una camminata facile, della lunghezza di circa 8.5 Km.

Partenza mercoledì 18 marzo alle ore 14:45 da Duino e alle ore 15:30 da Padriciano, parcheggio a sinistra dopo il cimitero da Opicina o a destra, prima del Cimitero, da Trieste; Partenza sabato 21 marzo alle ore 9:15 da Duino e alle ore 10:00 da Padriciano, stesso parcheggio.