

Dicembre 2015

Monte Cocusso

Sabato 5 camminata nordica sul Monte Kokos o Monte Cocusso, una lunghezza di circa 7 Km, con l'unica difficoltà, fattibile, della salita di circa 3,5 Km per arrivare in cima.

Ritrovo alle ore 10:00 nel parcheggio asfaltato dell'ex valico di Lipizza, sulla versante italiano.

Anello del Monte dei Pini

Per lunedì 7 dicembre Stelio propone un piacevole itinerario su sentieri ben curati, che si snodano da Gropada verso Trebiciano e ritorno. Una camminata di circa 7.5 Km facile con delle leggere salite e discese, che passa vicino allo stagno situato poco fuori il paese di Gropada. Gropada è uno dei paesi più antichi del Carso Triestino, infatti viene menzionata fin dal 1150 come luogo in cui i Bonomo, antica casata nobile triestina, possedeva dei vigneti. Ritrovo e partenza ore 14.30 nello spiazzo davanti all'Agriturismo Picic. Per raggiungerlo prendere la stradina a sinistra, quando si arriva nello slargo dove c'è la vecchia chiesetta in pietra e proseguire fino in fondo, tenendosi sempre sulla sinistra.

Attorno ai campi da Golf

Lunedì 14 Dic " Attorno ai campi di golf "

Ripetiamo questa camminata con qualche piccola modifica che ci porterà dal parcheggio del Sincrotrone sui sentieri verso Monte Spaccato con vista sul golfo e ritorno attraverso il bosco Salzer.

Camminata di circa 7.5 Km facile con qualche breve salitina su sentieri ben tenuti

Ritrovo e partenza ore 14.30 parcheggio principale del Sincrotrone

Aurisina e San Pelagio

La proposta di mercoledì 2 dicembre è una camminata sui sentieri tra Aurisina e San Pelagio. Passeremo davanti il cimitero militare, che si trova in una dolina nelle vicinanze di Aurisina (TS), dove vennero sepolti 1934 caduti dell'esercito austro-ungarico, qui potrete trovare una breve descrizione del sito. Proseguiremo verso il Borgo carsico di San Pelagio, Durante il percorso si passerà davanti la grotta Pocala. Una grotta preistorica protetta, dove sono stati ritrovati dei reperti eccezionali, come ad esempio i resti di grandi felini come il leone delle caverne. Lunga quasi 140 metri e profonda una trentina.

La camminata è molto facile, della lunghezza di circa Km 7. Ritrovo mercoledì 2 dicembre, partenza dalla piazza di Duino alle 14.30 e alle ore 14:45 dalla Piazza San Rocco di Aurisina (TS).

Duino – Portopiccolo

Nordic Walking nella natura: il sentiero Rilke, il Poeta, i colori e i profumi. Una camminata in stile Nordic Walking dove il Carso di tuffa nell'Adriatico, tra brezze marine e luoghi lontani all'orizzonte.

La camminata è facile, della lunghezza di circa Km 8. Ritrovo mercoledì 9 dicembre, partenza dalla piazza di Duino alle 14.30 e alle ore 9:30 sabato 12.

Nordic Walking Duino - I Sentieri del Cuore augurano di tutto cuore e a tutto il meraviglioso Gruppo, tantissimi auguri per le prossime Festività Natalizie e di fine anno.