

Piacevolmente Carso

Alla scoperta di una città di frontiera e del suo territorio

Un tour eco-sostenibile. Da una collaborazione tra Natura da Vivere e Curiosi di Natura, entrambe organizzazioni che operano nel campo del turismo responsabile nasce questo slowtour per assaporare Trieste e il Carso a piedi e con mezzi pubblici.

Trieste tra mare e montagna. Un programma di facili escursioni sul Carso triestino, tra rupi, grotte, panorami sul mare, boschi e vigneti, alternate a visite culturali e enogastronomiche, per scoprire natura e peculiarità di Trieste, città di frontiera e multiculturale.

Dai caffè letterari alle osmizze locali. I grandi intellettuali triestini come Joyce, Saba e Svevo vi daranno il benvenuto nei caffè letterari triestini ma la vera tradizione la troverete nell'osmizza, un luogo rustico, di solito inserito in un contesto agricolo dove acquistare e consumare vini genuini e prodotti locali. La guida triestina ha selezionato i migliori proprio per voi.

Programma dettagliato 4 giorni / 3 notti da venerdì a lunedì

1° giorno, venerdì: SENTIERO RILKE E CANTINE LOCALI

Alla mattinata ritrovo del gruppo in hotel a **Trieste**. Soggiorno in una struttura ben posizionata vicino al centro storico e alla stazione ferroviaria, per agevolare gli spostamenti. Nel pomeriggio spostamento a Duino per una passeggiata sul **Sentiero Rilke**, con le sue falesie a picco sul mare da dove si gode di uno splendido panorama su tutto il Carso triestino. In seguito trasferimento verso le **zone di produzione dei rinomati vini locali**. Qui si trovano numerose piccole aziende vitivinicole Faremo una breve visita con degustazione e possibilità a acquisto prodotti locali. Rientro a Trieste. Cena e pernottamento.

2° giorno, sabato: L'ALTOPIANO CARSICO E MIRAMARE

Salita a Opicina (con il tram storico, quando verrà ripristinato il servizio) e da lì, lungo l'altopiano carsico, si raggiungono il Monte Grisa e il paese di Prosecco. Un'escursione tra natura, testimonianze della Grande Guerra, con uno spettacolare panorama sulla città, il golfo e l'Istria (durata circa 3 ore), corredata da spiegazioni naturalistiche e alcune letture sulla Trieste del passato. Sosta pranzo in locale tipico a Prosecco. Nel primo pomeriggio discesa lungo il sentiero anticamente percorso dai pescatori fino a **Miramare** (1h 30', incluse le spiegazioni). Visita al parco del castello di Miramare. In seguito tempo libero per la visita al castello. Rientro a Trieste con battello (se operativo) o con bus. Cena a Trieste, pernottamento.

3° giorno, domenica: GROTTI, OSMIZZE E TRIESTE MULTICULTURALE

Prima colazione. Ci spostiamo con mezzi pubblici attraversando l'altopiano per la visita a Torri di Slivia dove visiteremo una spettacolare grotta carsica e pranzeremo nella vicina **osmizza**. L'osmizza è un locale tipico dell'altopiano carsico, frequentato soprattutto da locali, ove è possibile consumare e acquistare prodotti enogastronomici tipici. Nel primo pomeriggio rientro a Trieste con pullman e visita guidata alla **Trieste multiculturale**, città portuale e di frontiera, che ha avvicinato culture anche molto lontane. La passeggiata attraversa il **centro storico** e il ghetto di Trieste, terminando con un aperitivo in uno degli storici caffè letterari frequentati da Joyce, Svevo e Saba. Cena a Trieste, pernottamento.



Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

Dal 1985

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.

NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

4° giorno, lunedì: VAL ROSANDRA

Prima colazione. Trasferimento a Bagnoli della Rosandra per un'escursione nella **Riserva naturale della Val Rosandra**, suggestivo ambiente rupestre ricco di biodiversità e testimonianze storiche (durata circa 3h, incluse le spiegazioni). Si termina al rifugio CAI all'inizio della valle, dove è possibile fare un pranzo al sacco o caldo. Rientro a Trieste. Il pomeriggio è libero. In base all'orario di partenza suggeriamo una visita alla **Risiera di San Sabba**, centro di detenzione e deportazione durante la seconda guerra mondiale, ora Museo e Monumento Nazionale.

Scheda Tecnica

Durata: 4 giorni / 3 notti

Partenze 2022: 2 settembre, 28 ottobre

Tipo di viaggio: viaggio di gruppo (max 12 partecipanti) accompagnato da guida naturalistica o turistica in base all'attività. Tutte le escursioni sono facili, con dislivelli minimi e adatte a tutte le persone che amano camminare anche se non molto allenate.

Quota di partecipazione: € 390.00 (per gruppo minimo 10 persone)

Supplementi:

supplemento piccolo gruppo (per gruppi da 6 a 9 partecipanti) € 130.00

camera singola € 75.00

Sistemazione: B&B a gestione familiare o hotel 3 stelle o residence a Trieste

La quota comprende: sistemazione in struttura ricettiva in centro a Trieste in zona centrale e camera con bagno privato e colazione, guida turistica/naturalistica per tutte le escursioni, ingresso grotte e pranzo in osmizza, accompagnatore

La quota non comprende: pranzi (tranne quello in osmizza), cene, ingressi (tranne quello in grotta), trasporti pubblici urbani/extrurbani, gli extra, e quanto non riportato alla voce "la quota comprende"

Estensioni al programma: Costo notte extra per prolungare il soggiorno individuale a Trieste: € 40 a persona con sistemazione in doppia



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.

NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

professionisti per natura

Caratteristiche del viaggio

Due parole sulla logistica: arrivo con mezzi propri o mezzi pubblici (Trieste è ben servita dalle ferrovie). Durante il tour gli spostamenti saranno a piedi e con mezzi pubblici urbani e extraurbani. Il pernottamento è sempre nella stessa struttura.

Guide e accompagnatore: per le escursioni e le attività si alterneranno una guida escursionistica-ambientale e una guida turistica, nostri collaboratori da lunga data e con comprovata esperienza. Inoltre ci sarà un coordinatore che rimarrà con il gruppo per tutto il tour.

I pasti: oltre alla prima colazione è incluso solamente un pranzo che sarà in osmizza durante una escursione. Gli altri pranzi saranno veloci o al sacco in base al programma. Abbiamo scelto di lasciare libere le cene perché Trieste offre una ampia scelta di locali e ristoranti per tutti i gusti e tutte le tasche.

Le escursioni: sono facili e alla portata di tutte le persone che amano camminare. I dislivelli sono minimi e sono previste numerose soste per spiegazioni. Il terreno può essere battuto, o asfaltato ma anche sentiero. E' quindi necessario un paio di scarpe comode e antiscivolo.

Temperature e abbigliamento: In estate è molto caldo ma adegueremo un po' gli orari e si cercherà un po' di brezza marina. In inverno c'è spesso vento e anzi potrebbe capitare la bora. Copritevi bene!! I colori dell'autunno e le fioriture primaverili sono fantastici.

Per informazioni e prenotazioni: info@naturadavivere.it, tel 0586 444407



Dal 1985

Via Montebello, 118 57126 Livorno - Tel. 0586 444407

naturadavivere@ardea.toscana.it www.naturadavivere.it

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.