



Trieste - via San Francesco 34
Tel. 040-635718

YOGA E NATURA CON FRANCO

Domenica 9 aprile 2017

Escursione in Slovenia:

il ciglione dell'altopiano di Tarnova

Dopo la camminata esplorativa nei dintorni di Comeno, torniamo ad assaporare il piacere - e la fatica - di un'escursione in ambiente montano, dove le emozioni sono profonde e la mente si apre sull'infinito. Saliremo al paradiso sospeso dell'altopiano di Tarnova e ne seguiremo a lungo il ciglione, festeggiati dalla pirotecnica esplosione delle fioriture primaverili. Ai nostri piedi la dolcezza della valle del Vipacco, intarsiata di paesi e coltivazioni; alle spalle il severo e solitario, eppure fascinoso, mondo della Selva. Scenderemo a malincuore, stanchi ma paradossalmente carichi di energia.

- Ritrovo: ore 8.30 in piazza Oberdan
- Secondo ritrovo: ore 8.55 al valico di Lipizza (a destra, prima del confine)
- Trasferimento in auto alle sorgenti dell'Hubelj (Izvir Hublja), passando per Divača, Senožeče, Razdrto, Vipava e Ajdovščina (poco più di un'ora)
- Itinerario a piedi: sorgenti Hubelj (m220) - Otliško okno (m800) - M. Navršje (m857) - Pravi vrh (m830) - sorgenti Hubelj
- Tempo previsto: ore 5.30 di cammino; ore 8.00 complessive, con le consuete soste per le osservazioni ambientali, le pratiche yoga ed il pranzo al sacco (a carico dei partecipanti)
- Percorso escursionistico, prevalentemente su sentieri di tipo carsico, con tratti un po' ripidi ed accidentati sia in salita sia in discesa - dislivello totale di circa 750 metri - sono necessari un certo allenamento ed un minimo di pratica di sentieri di questo genere
- Rientro a Trieste possibile verso le ore 19.30/45 (o più tardi per chi parteciperà al momento conviviale)

Si raccomanda un abbigliamento adeguato; necessarie le pedule, vivamente consigliati i bastoncini. La partecipazione è aperta a tutti, ma per motivi organizzativi si prega di lasciare l'adesione in segreteria o contattando Franco Salvi (tel.040941006 - cell.3480530570). TELEFONARE SABATO PER SAPERE SE LA GITA E' CONFERMATA.