



LA VIA FLAVIA

Da Muggia ad Aquileia nel Golfo di Trieste

5 giorni / 4 notti
dal 22.04 al 26.04.2025

Percorri la Via Flavia, un itinerario affascinante che collega Muggia ad Aquileia, unendo storia, natura e buon cibo in un'esperienza indimenticabile. Seguiremo gli antichi tracciati romani attraverso panorami unici su scogliere a picco sul mare, dolci colline e paesaggi spettacolari sulla laguna. Lungo il cammino scopriremo borghi autentici, tradizioni locali e testimonianze del glorioso passato romano. Questo percorso è ideale per chi ama camminare immerso nella bellezza della natura, alla scoperta di luoghi ricchi di storia e spiritualità. La Via Flavia ci invita a rallentare, a vivere il territorio in profondità e a lasciarti ispirare da una terra mosaico di culture e scrigno di tesori.

COD. VACAN

ATTIVITÀ: Cammino trekking

TIPOLOGIA DI VIAGGIO: in gruppo italiano con guida Aigae

DATA DI EMISSIONE SCHEDA:



GIORNO 1 – 22 aprile 2025

Appuntamento ore 9:30 a Muggia (il luogo preciso verrà comunicato in fase di prenotazione attraverso invio di localizzazione GPS) pronti per la nostra prima tappa.

Tappa 1: Muggia - Bagnoli di Val Rosandra

La prima tappa trascorrerà tra le verdi colline di Muggia con delle splendide vedute sul golfo e sul porto di Trieste. Attraverseremo la piana alluvionale del Rio Ospò con i suoi laghetti, fino ad arrivare alle porte del Carso, in Val Rosandra, riserva naturale regionale.

DATI TECNICI: lunghezza 20 km - dislivello: +670m -590m - mediamente impegnativa

Pranzo al sacco

Fine tappa e sistemazione in struttura. Cena e pernottamento.

Pernottamento: appartamento - stanze doppie/triple

Pasti inclusi: nessuno

GIORNO 2 – 23 aprile 2025

Colazione e partenza per la seconda tappa

Tappa 2: Bagnoli di Val Rosandra - Trieste

Lasciata la Val Rosandra proseguiamo verso Trieste con il continuo panorama sul golfo azzurrissimo incorniciato dal verde dei boschetti e delle campagne. Trieste, città di confine tra Italia e Europa centrale, è affacciata sul Mar Adriatico e circondata dal Carso. Famosa per il suo porto, l'elegante Piazza Unità d'Italia e la miscela di culture italiana, slovena e austro-ungarica, offre un ricco patrimonio storico e culturale, con luoghi iconici come il Castello di Miramare e la Cattedrale di San Giusto.

DATI TECNICI: lunghezza 13 km - dislivello: +180 m -280 m - poco impegnativa

Pranzo al sacco

Fine tappa e sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

Pernottamento: hotel - stanze doppie/triple

Pasti inclusi: colazione



GIORNO 3– 24 aprile 2025

Colazione e partenza per la terza tappa

Tappa 3: Miramare - Monfalcone

Da Trieste ci sposteremo con mezzi pubblici verso Miramare, punto in cui inizia la tappa odierna. Anche oggi cammineremo con la vista panoramica sullo spettacolare Golfo di Trieste attraversando un'ampia zona di Carso e le storiche bocche del fiume Timavo, luoghi misteriosi e famosi per i ritrovamenti di reperti storici dell'età del ferro e di epoca romana.

DATI TECNICI: lunghezza 26 km -Dislivello: +390m -390m - mediamente impegnativa

Pranzo al sacco

Fine tappa e sistemazione in struttura. Cena e pernottamento.

Pernottamento: hotel - stanze doppie/triple

Pasti inclusi: colazione

GIORNO 4 – 25 aprile 2025

Colazione e partenza per quarta tappa

Tappa 4: Monfalcone - Fossalon di Grado

Dopo il Carso cambiamo paesaggio e ci troviamo immersi in un ambiente costiero, a volte paludoso, in un'area bonificata nell'altro secolo e ricco di punti di interesse naturalistico: geositi, biotopi, la Riserva naturale della foce dell'Isonzo...

DATI TECNICI: lunghezza 28 km -Dislivello: assente - mediamente impegnativa

Pranzo al sacco

Fine tappa e sistemazione in hotel. Cena e pernottamento.

Pernottamento: hotel - stanze doppie/triple

Pasti inclusi: colazione



GIORNO 5– 26 aprile 2025

Colazione e partenza per la quinta tappa

Tappa 5: Fossalon di Grado - Aquileia

L'ultima tappa ci porta ad abbandonare le aree di bonifica per raggiungere la linea di costa e le rinomate spiagge che caratterizzano Grado. Dopo una lunga via translagunare arriveremo al termine del nostro viaggio: Aquileia, avamposto di Roma e culla del cristianesimo locale.

DATI TECNICI: lunghezza 21 km - Dislivello: assente - poco impegnativa

Pranzo al sacco

Fine tappa, , saluti finali.

FINE DEI SERVIZI

Pasti inclusi: colazione

INFORMAZIONI UTILI

DATE DI PARTENZA:

da martedì 22 aprile a sabato 26 aprile 2025

DURATA:

5 giorni / 4 notti

QUOTA per persona

(gruppo di minimo 7 persone - massimo 10 persone):

450,00 € da 6 a 8 partecipanti - pernottamento in camera doppia/ tripla in condivisione

400,00 € da 9 a 12 partecipanti - pernottamento in camera doppia/tripla in condivisione

- **acconto** pari al 25% della quota viaggio (assicurazioni facoltative escluse), da versare al momento dell'iscrizione: 112,5 € (di 450 €)/ 100 € (di 400 €)

- **saldo** da versare entro il 22.03.2025

LA QUOTA COMPRENDE:

- ✓ 4 pernotti
- ✓ 4 colazioni
- ✓ 1 cena
- ✓ credenziale del cammino
- ✓ servizio Guida Escursionistica Certificata Aigae
- ✓ assicurazione medico-bagaglio

LA QUOTA NON COMPRENDE:

- ✗ pranzi al sacco
- ✗ cene
- ✗ spese di viaggio
- ✗ tasse di soggiorno
- ✗ trasporto bagagli
- ✗ extra e quanto non specificato

INFORMAZIONI UTILI

CARATTERISTICHE

Caratteristiche: 3 - Mediamente impegnativo

Le escursioni a piedi presentano dislivelli giornalieri tra 0/600 m con tempi di percorrenza di circa 6 h di cammino. I percorsi si effettueranno su sentieri battuti e su tracciato ufficiale della Via Flavia

1 – Turistico 2 – Poco impegnativo 3 – Mediamente impegnativo 4 – Impegnativo

Preparazione fisica:

Ogni singolo partecipante deve essere in uno stato di forma psicofisica che gli consenta di poter svolgere e completare l'itinerario della vacanza da lui scelta. In caso contrario, per tutelare l'incolumità del gruppo e del partecipante stesso, l'accompagnatore si riserva il diritto di escluderlo dalle escursioni che riterrà più impegnative.

Itinarrando cresce
nuove foreste
con WOWnature®



Abbiamo una storia da raccontarti!

Per ogni viaggio a cui deciderai di partecipare ci aiuti a far crescere un albero e a prenderci cura del nostro bosco

Come? Te lo spieghiamo subito!

Ci siamo domandati a lungo cosa diamo e quale è il nostro contributo concreto rispetto alla nostra filosofia del camminare e del vivere la Natura. La risposta ci è arrivata quando sulla nostra strada abbiamo incontrato Wow Nature, uno spin off dell'Università di Padova composto da una squadra di ricercatori e specialisti che si occupa di riforestazione.

Abbiamo così deciso di prendere un impegno verso la Natura e il futuro che ci aspetta.

Perché un bosco, perché WOWnature?

Per dare concretezza ai nostri passi. Per ogni viaggio verrà piantato un albero. Un progetto ambizioso che racchiude i sogni di tante persone e che vuol poter dare concretezza e radici al nostro futuro accompagnando un bosco nella sua crescita.

Abbiamo scelto WOWnature perché vediamo in loro lo stesso entusiasmo che anima i nostri passi e per continuare ad affidarci a professionisti spinti da passione autentica e speranza genuina verso un futuro che possa essere sempre più verde!

Perché? Semplice: perché un Bosco è per sempre





Direzione tecnica fornita da:

Itinarrando - Trekking Adventure in Hi Fi di
Itinarrando Soc. Coop
Via Angeloni 3-5
03100 Frosinone (FR)