



Sulla Millstätter Alpe presso il rifugio Alexanderhütte con vista sul lago Millstätter See



MAPPA GENERALE



DAL GHIACCIAIO AL MARE
Passeggiando per il giardino dell'Eden



DAL GROSSGLOCKNER FINO AL MARE.

Partiamo per un emozionante viaggio d'esplorazione lungo ca. 750 km, alla scoperta di tre paesi – Austria, Italia e Slovenia – e di tre culture. Dai piedi del maestoso Großglockner fino all'azzurro intenso del mare. Lungo l'Alpe-Adria-Trail, fra paradisiache vedute del "giardino dell'Eden" e con il giusto mix di spettacolari fenomeni naturali, incredibili incontri con le acque alpine e un'affascinante flora e fauna. Costeggiando laghi, torrenti e fiumi fino alla meta: l'Adriatico.

www.alpe-adria-trail.com



Informazioni turistiche Carinzia
Völkermarkter Ring 21-23, A-9020 Klagenfurt, tel.: +43(0)463/3000,
E-mail: info@kaernten.at, www.carinzia.at

Informazioni turistiche Slovenia
Dimičeva 13, SI-1000 Ljubljana, tel.: +386(0)15898/550,
E-mail: info@slovenia.info, www.slovenia.info

Informazioni turistiche Friuli-Venezia Giulia
Villa Chiozza, via Carso 3, I-33052 Cervignano del Friuli, tel.: +39/0431387130,
E-mail: info@turismo.fvg.it, www.turismo.fvg.it

www.alpe-adria-trail.com

Richiedi subito la tua copia gratuita della guida all'Alpe-Adria-Trail!
Passeggiare per il giardino dell'Eden.
43 tappe cordate di breve descrizione, cartina e consigli culinari. 102 pagine, edizioni proprie.
www.alpe-adria-trail.com/de/prospektbestellung

L'app gratuita per pianificare il tuo viaggio:
Alpe-Adria-Trail



Cividale, la città dei Longobardi sul Natisone.



Una gemma naturale: il Soča nell'omonima valle in Slovenia.

Le 43 tappe del desiderio.

Camminare dà tanto: per esempio induce a decelerare fino a che si raggiunge il proprio ritmo di movimento naturale. Questo, a sua volta, acutizza i sensi tanto che, senza alcuno sforzo, riusciamo a percepire la natura in maniera particolarmente intensa. Meno male! Poiché il percorso che vi porta dai piedi della montagna più alta d'Austria, il Großglockner con i suoi 3.798 metri d'altezza, fino al Mar Adriatico merita davvero! In 43 tappe ottimamente segnalate, ciascuna della lunghezza di circa 17 chilometri, si attraversano la Carinzia, il Friuli-Venezia Giulia e la Slovenia, per un totale di 750 km. Accompagnati dal clima mediterraneo che vi promette tante ore di sole e temperature gradevoli. E affiancati da sorprendenti vedute di quel paradiso che è compreso tra le Alpi e l'Adriatico.

La strada è la meta.

La meta geografica dell'Alpe-Adria-Trail si chiama Muggia, località posta leggermente a sud rispetto all'antico porto imperiale di Trieste. Lungo il cammino vi muoverete sospinti dalla vostra voglia di scoprire e di vivere queste che sono le più belle regioni di Alpe-Adria. Il tragitto segue l'acqua nelle sue forme più disparate, dal ghiaccio eterno del Glockner passando per cascate, fiumi e laghi, fino al mare. Le vie, in effetti, esistono da sempre, ma per la prima volta sono state ora cartografate in maniera unitaria. Chi non vuole affrontare tutto il percorso può scegliere le proprie tappe preferite all'interno di questo "giardino dell'Eden". Tutte hanno comunque una cosa in comune: vedute paradisiache, spettacolari fenomeni naturali, luccicanti laghi balneabili, maestose vette montane e, alla fine, l'azzurro intenso dell'Adriatico.

Il primo passo.

Le prime sette tappe vi portano ad attraversare l'idilliaca e soleggiata valle del Möll, con i suoi straordinari panorami inseriti nella cornice di un imponente scenario montano, entro il quale spiccano possenti vette da 3000 metri. Punto di partenza è il Pasterze, il maggiore ghiacciaio d'Austria, che si trova nel cuore del Parco nazionale degli Alti Tauri. Di qui si procede verso Heiligenblut fino a Großkirchheim, dove si passano i mulini di Apriach, vivida testimonianza della vita sacrificata dei contadini di montagna tra il XVII e il XX secolo. Procedendo, s'incontra la medievale Gmünd, la città degli artisti, recentemente premiata con l'"EDEN-Award" per la sua professionale opera al servizio della cultura. Una delle aree escursionistiche più belle della Carinzia è la Millstätter Alpe. Merito delle dolci rotondità dei suoi pendii e della magnifica vista che di lassù si gode sul sottostante lago Millstätter See, il secondo lago balneabile della Carinzia. Giunti qui, vi troverete nel centro del placido paesaggio del Parco della biosfera dei Nockberge, attraverso il quale conducono le tappe n. 15 e 16. Arriach ha il vanto di essere il centro geografico della Carinzia. Essa è anche punto di partenza della tappa che porta sulla sommità della Gerlitzen Alpe. Dopo aver gettato uno sguardo sul lago Ossiacher See, l'ultima tappa a decorrere interamente in territorio carinziano vi porterà da Velden am Wörthersee fino alla Baumgartnerhöhe, a breve distanza dal lago Faaker See. Poco prima della meta si giunge alla rovina della fortezza di Finkenstein, un'arena per concerti che colpisce con straordinarie vedute e impressionanti tramonti, che si consumano come al rallentatore.



Un lago da cartolina. Veduta del Faaker See e del Mittaaskogel al confine tra Austria e Slovenia.



L'idilliaco Monte Lussari, che domina la località di Camporosso, con il famoso Santuario Mariano.

Variante breve: giro dei 3 paesi.

Se fare l'intero percorso vi sembra troppo lungo, ma desiderate ugualmente scoprire tre paesi a piedi, potrete optare per la variante breve dell'Alpe-Adria-Trail: il Tour dei 3 Paesi. Articolato in sette tappe da una giornata ciascuna, il giro ha una lunghezza totale di ca. 130 km e attraversa la Carinzia, il Friuli-Venezia Giulia e la Slovenia. Si parte in Carinzia, dalla Baumgartner Höhe nei pressi del lago Faaker See, da cui si procede per Warmbad Villach, Nötsch e Feistriz prima di raggiungere l'Italia, con le località di Valbruna e Tarvisio, percorrendo la Val Canale. Continuando, si passano il Santuario del Monte Lussari, i Laghi di Fusine e le pendici di una delle montagne più elevate delle Alpi Giulie, il Mangart, che fa da raccordo con la Slovenia e con la famosissima stazione sciistica di Kranjska Gora. Di qui si rientra al punto di partenza in Carinzia.

Incontri con la Slovenia.

Seguendo le tappe successive dell'Alpe-Adria-Trail, si lascia l'Austria e si entra in territorio sloveno. La prima località che s'incontra è Kransjka Gora, nota per i mondiali di sci. Da qui in poi il tracciato segue grosso modo il corso del Soča, che poi in territorio italiano prende il nome di Isonzo. Il fiume solca il Parco nazionale del Triglav, l'unico parco nazionale della Slovenia, sito nel cuore delle misteriose Alpi Giulie. Con un po' di fortuna si potranno avvistare animali selvatici quali stambecchi, camosci, cervi o galli cedroni. Il cammino s'inerpica ora sul passo stradale più alto della Slovenia, il Vršič (Passo della Moistrocca) per poi portare a Bovec (Plezzo), popolare centro di sport acquatici, nonché area sciistica più elevata della Slovenia. Lasciatevi stupire dalla natura incontaminata della valle del Soča, una vera gemma incastonata nel parco e premiata con l'"EDEN-Award", e dalle sue numerose attrazioni quali cascate, grotte e recondite valli fluviali! Alla fine della tappa, troviamo Caporetto, con il suo patrimonio di testimonianze risalenti alla Prima guerra mondiale, e Tolmino. La valle deve la sua bellezza soprattutto alle acque turchesi dell'impetuoso fiume, che sgorga da una sorgente carsica nel nordovest del Paese. Un'area straordinaria per gli amanti del torrentismo e della pesca, che potranno sperare di catturare qualche trota marmorata, un pesce d'acqua dolce appartenente alla famiglia dei salmoni. Man mano che si segue il corso del Soča verso sud, il paesaggio si fa sempre più gentile. Nell'estremo ovest della Slovenia si passa per la zona di Goriška Brda, nelle cui cantine si perpetua la secolare tradizione della viticoltura. La straordinaria posizione di queste colline ha già dato origine a vini premiati a livello internazionale. Alla fine della tappa, incornicato dalla fitta vegetazione del Carso, merita una visita un monumento culturale famoso a livello non solo europeo, ma addirittura mondiale: le scuderie con centro d'equitazione di Lipica, fondate nel 1580 dall'arciduca Carlo II.



Gli "accompagnatori" riportano le informazioni più importanti sul luogo e sull'andamento della tappa. Qui sulla Gerlitzen Alpe.

La luce dell'Adriatico.

Il Collio segna il passaggio al di là del confine italiano. Arrivati nella città di Cividale del Friuli, si avverte subito la caratteristica allegria di stampo mediterraneo. L'insediamento di origini celtiche, successivamente conquistato da Giulio Cesare, fu anche capitale del primo ducato longobardo d'Italia ed è stato dichiarato patrimonio dell'umanità nel 2010. Giunti qui, preparatevi a intensi momenti dal gusto tipicamente italiano. Chi, infatti, sceglie di percorrere questa tappa, farà bene a portarsi dietro una delle tante guide enoturistiche della regione. Fate una visita ai viticoltori del Collio! La qualità dei loro vini è proverbiale: non a caso è da quarant'anni che viene severamente controllata e garantita.

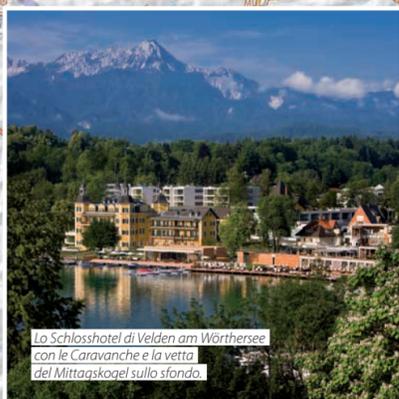
La località più importante di quest'incantevole area collinare è Cormons, meravigliosa cittadina in stile asburgico. Da non perdere non sono soltanto le chiese, ma anche le numerose cantine. La prossima meta è il Carso, un altopiano innalzatosi 30 milioni di anni fa dalle profondità del mare, il cui fenomeno più tipico è la possente bora. Si tratta di un paesaggio aspro, ma molto affascinante. A Duino, dove Rainer Maria Rilke compose le sue famose Elegie dunesi, ci si accosta finalmente al mare. Mancano ancora pochi chilometri al traguardo. Ed eccovi infine giunti all'arrivo del percorso: Muggia. Vi accoglie un'idilliaca cittadina portuale, modellata dagli influssi della cultura veneta. Ascoltate lo scricchiolio degli alberi delle vele, lasciate che l'aria salmastra dell'Adriatico vi solletichi il naso e seguite il profumo che si spande dagli eccellenti ristoranti di pesce. Nel frattempo godetevi anche l'incredibile vista della pittoresca baia di Trieste, che giace dinnanzi a voi come fosse fatta d'oro. Il cuore del capoluogo regionale, che fino al 1918 fu l'unico porto marino dell'Austria, è la Piazza dell'Unità d'Italia, un grande rettangolo affacciato sul mare e racchiuso su tre lati da sontuosi palazzi in stile neoclassico.

www.alpe-adria-trail.com

Il passo della Moistrocca (1.611 m) nel Parco nazionale del Triglav è uno dei più bei passi alpini della Slovenia.



Costeggiare cristallini laghi di montagna nel Parco della biosfera dei Nockberge.



Lo Schlosshotel di Velden am Wörthersee con le Caravanche e la vetta del Mittagskogel sullo sfondo.



Presso Duino l'Alpe-Adria-Trail raggiunge per la prima volta il mare.



La pittoresca regione vinicola di Goriška Brda con le sue numerose bellezze e attrazioni naturali.

Responsabile dei contenuti: edizione, proprietà dei diritti e pubblicazione: Kärnten Werbung GmbH, Völkermarkter Ring 21-23, 9020 Klagenfurt, Austria, tel.: +43(0)463/3000-21, fax: +43(0)4274/463/3000-50, e-mail: info@kaernten.at, www.kaernten.at. Idea e progetto: Werbegrafikbüro Claudia Zarfl, traduzione: Schweickhardt - Das Übersetzungsbüro, www.schweickhardt.at; stampa: SDT/Druckbotschafter, Klagenfurt; immagini: Kärnten Werbung, Agenzia Turismo FVG, Ente turismo sloveno; in copertina: immagine in alto: il punto di partenza Kaiser-Franz-Josefs-Höhe con il Großglockner; immagine al centro: il fiume Soča presso Trento; immagine in basso: tramonto sul porto di Muggia; Carina: Geodetski inštitut Slovenije. La Kärnten Werbung non assume alcuna responsabilità in caso di errori. Tutti i diritti riservati. Con riserva di modifiche. Tutte le informazioni sono aggiornate al aprile 2022.



© GEODETSKI INŠTITUT SLOVENIJE