



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
Sezione di Gorizia A.P.S.  
Gruppo Escursionisti Seniores  
"Slow Trekking"



**Mercoledì 22 ottobre 2025**

## **Traversata Albona - Punta Lunga**

<b>Itinerario</b>	Cimitero di Albona, Albona Porto, Punta Lunga			
<b>Grado di difficoltà</b>	E	Escursionistico		
<b>Interesse</b>	naturalistico, paesaggistico.			
<b>Equipaggiamento Attrezzatura</b>	Adeguate da escursionismo di stagione / Scarponi alti, Bastoncini, spray antizecche			
<b>Punti di ristoro in escursione</b>	/			
<b>Tempi netti</b>	5 ore			
<b>Dislivelli</b>	60 metri totali salita	320 metri totali discesa	0 metri q.ta min.	300 metri q.ta max.
<b>Lunghezza percorso</b>	11,5 Km circa			
<b>Cartografia</b>	www.istria-trails.com			
<b>DIRETTORE di Escursione</b>	Tardivo Flavio			
<b>Accompagnatori</b>	Chiandussi Franco, Boscarol Gianni			
<b>Contatti D.E. e accompagnatori</b>	Verranno forniti via mail il lunedì precedente con la conferma di effettuazione dell' escursione.			
<b>Luogo e ora di partenza</b>	Gorizia Palabigot ore 7.00 (ritrovo 15 minuti prima)			
<b>Luogo e ora di arrivo</b>	Rientro a Gorizia ore 19,00 circa			
<b>Mezzo di trasporto</b>	- Pullman			
<b>Costi</b>	- 15,00 € - 3,00€ se con mezzi propri (salvo adeguamento in base al numero dei partecipanti) - non soci CAI: costo corriera + assicurazione obbligatoria 12,50 €			

**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di Gorizia A.P.S.

Via Rossini 13 - 34170 GORIZIA - tel. 0481 - 82505

e\_mail: [info@caigorizia.it](mailto:info@caigorizia.it) o [seniores@caigorizia.it](mailto:seniores@caigorizia.it) - internet: <http://www.caigorizia.it/>



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
Sezione di Gorizia A.P.S.  
Gruppo Escursionisti Seniores  
"Slow Trekking"



<b>Note</b>	Il Pullman di norma è da 52 posti. Eventuali ulteriori iscrizioni saranno: - considerate in riserva - accettate ma il mezzo di trasporto sarà con auto proprie. - <b>portare la carta d'identità o documento per l'espatrio</b>
<b>Presentazione</b>	<b>martedì 14 ottobre 2025 alle ore 18.30 presso la sede sociale</b>
<b>Iscrizioni e rinunce</b>	<b>Le iscrizioni avvengono solamente via web sul sito <a href="http://www.caigorizia.it">www.caigorizia.it</a> nel sottomenu: Attività, Gruppo Seniores, Programma, Form di iscrizione.</b> Nella richiesta di partecipazione potrà essere incluso, oltre al richiedente, un solo socio.. <b>La comunicazione di una eventuale rinuncia deve essere fatta con mail: <a href="mailto:seniores@caigorizia.it">seniores@caigorizia.it</a></b>
<b>Regolamento Escursioni Sociali</b>	Per tutte le info non qui esposte vale il "REGOLAMENTO ESCURSIONI SOCIALI di cui si raccomanda la lettura." <a href="https://www.caigorizia.it/attivita/regolamento-gite">https://www.caigorizia.it/attivita/regolamento-gite</a>
<b>Consigli</b>	Prima di avventurarti in montagna attrezzati in modo adeguato: Prepara con cura lo zaino, metti cibo e bevande e un ricambio asciutto. Fai particolarmente attenzione all'abbigliamento in modo che sia appropriato alla stagione, soprattutto le calzature. Porta con te il VADEMECUM per le "Note sanitarie personali". <a href="https://www.caigorizia.it/wp-content/uploads/2024/01/Vademecum-2024.pdf">https://www.caigorizia.it/wp-content/uploads/2024/01/Vademecum-2024.pdf</a> Scegli le escursioni in base alla tua preparazione tecnica e le tue capacità. Informati sull'itinerario, studia l'escursione e scarica la mappa .GPX

## DESCRIZIONE DELL' ITINERARIO

Durante il tragitto faremo sosta a Pingvente dopo circa 2 h di viaggio, mentre per il ritorno ci fermeremo a Polje Čepić dopo circa 40 min dalla partenza. Il bus ci lascerà davanti al cimitero di Albona. Da qui partiremo verso Lovronci per continuare nel bosco, verso il torrente Pecina, attraverso il sentiero 802 "Terra magica" che seguiremo fino ad arrivare al campeggio Oliva a Rabac. Da qui inizieremo a costeggiare il mare dove scogeremo anche i resti della teleferica che un tempo portava la bauxite dall'entroterra al porto. Proseguiremo lungo la costa incontrando alcune piccole spiagge fino ad arrivare all'estremità di Duga Luka ed iniziare la risalita del fiordo. Questo ha rappresentato il vero porto di Albona dai tempi

**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di Gorizia A.P.S.

Via Rossini 13 - 34170 GORIZIA - tel. 0481 - 82505

e\_mail: [info@caigorizia.it](mailto:info@caigorizia.it) o [seniores@caigorizia.it](mailto:seniores@caigorizia.it) - internet: <http://www.caigorizia.it/>



**CLUB ALPINO ITALIANO**  
Sezione di Gorizia A.P.S.  
*Gruppo Escursionisti Seniores*  
*"Slow Trekking"*



degli antichi Liburni, al periodo romano e fino a quello veneziano. Alla fine del sentiero saliremo una scalinata che ci porterà in paese e da qui alla corriera.

NB. Alcuni brevi tratti del sentiero che percorreremo sono su roccia carsica erosa.....attenzione a dove si mettono i piedi.

**CLUB ALPINO ITALIANO**

Sezione di *Gorizia A.P.S.*

Via Rossini 13 - 34170 GORIZIA - tel. 0481 - 82505

e\_mail: [info@caigorizia.it](mailto:info@caigorizia.it) o [seniores@caigorizia.it](mailto:seniores@caigorizia.it) - internet: <http://www.caigorizia.it/>