



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



Mercoledì 29 aprile 2026

Carso Triestino di Duino
ANELLO TRA CARSO E MARE,
NATURA E STORIA
Pendici meridionali del Monte Ermada

Itinerario	Parcheggio Villaggio del Pescatore (m. 2 s.l.m.) – Museo - Promontorio Bratina – Bocche del Timavo e San Giovanni in Tuba – Villa Randaccio - Grotta del Mitreo (m. 74 s.l.m.) – Duino - Bosco della Cernizza – Grotta Fioravante - Caletta e Secade - Geosito paleontologico – Villaggio del Pescatore.	
Grado di difficoltà	E e T	Il percorso si sviluppa su sentieri (E), strade bianche e tratti in asfalto (T).
Interesse	Paesaggistico, naturalistico, storico.	
Equipaggiamento Attrezzatura	Vivamente consigliati scarponi e bastoncini, crema solare e occhiali da sole, stuoio per la seduta. Spray antizecche prudenziale. E... non dimenticare la macchina fotografica!	
Punti di ristoro in escursione	Nessuno. Pranzo al sacco.	
Tempi netti	4 ore circa	+Breve visita guidata del Museo +Visita guidata della Grotta di Mitra
Dislivelli	In salita: 150 metri circa	In discesa: 150 metri circa
Lunghezza percorso	9/10 chilometri	
Cartografia	Carta Tabacco n. 047	
Direttore di Escursione	DE: Daniela Antoniazzi ASE	
Accompagnatori	Fiammetta De Panfilis, Danilo Fum, Maristella Panizzi e Piero Scaramuzza	
Contatti D.E. e accompagnatori	Verranno forniti via mail il lunedì precedente con la conferma di effettuazione dell'escursione.	
Luogo e ora di partenza	Gorizia Palabigot <u>ore 8.00</u> con ritrovo alle ore 7.45 per chi parte da Gorizia. Villaggio del Pescatore (park fronte ultimo imbarcadero) <u>ore 8.30</u> per gli altri.	
Luogo e ora di arrivo	Gorizia Palabigot ore 16.00 circa	
Mezzo di trasporto	MEZZI PROPRI	

CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di *Gorizia A.P.S.*
Via Rossini 13 - 34170 GORIZIA - tel. 0481 - 82505
e_mail: info@caigorizia.it o seniores@caigorizia.it - internet: <http://www.caigorizia.it/>



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Gorizia A.P.S.
Gruppo Escursionisti Seniores
“Slow Trekking”



Costi	Euro 5 (comprensivi di iscrizione, aperture Museo e Mitreo con visite guidate) -Per i non soci CAI obbligatoria l'Assicurazione Giornaliera di euro 12,95 .
Note	SI PREGA DI COMPATTARSI NELLE AUTO (per parcheggio, impatto ambientale, riduzione carovana, tempi di avvicinamento e organizzazione)
Presentazione	NON PREVISTA. E' pertanto opportuno LEGGERE CON CURA LA LOCANDINA . Per eventuali informazioni, prima di lunedì 27, contattare il Direttore di Escursione oppure Fiammetta De Panfilis attraverso seniores@ o la chat.
Iscrizioni e rinunce	Le iscrizioni avvengono solamente via web sul sito www.caigorizia.it nel sottomenù: Attività, Gruppo Seniores, Programma, Form di iscrizione. Nella richiesta di partecipazione potrà essere incluso, oltre al richiedente, un solo socio.. La comunicazione della eventuale rinuncia deve essere fatta con mail a seniores@caigorizia.it entro la domenica precedente l'escursione per aver diritto al rimborso della quota.
Regolamento Escursioni Sociali	Per tutte le info non qui esposte vale il “REGOLAMENTO ESCURSIONI SOCIALI” di cui si raccomanda la lettura . https://www.caigorizia.it/attivita/regolamento-gite
Consigli	Prima di avventurarsi in una escursione è opportuno attrezzarsi in modo adeguato: -preparare con cura lo zaino, inserendo cibo, bevande e un ricambio asciutto; -fare particolare attenzione all'abbigliamento, in modo che sia appropriato alla stagione; -indossare calzature robuste e impermeabili; -portare possibilmente con sé il VADEMECUM per le “Note sanitarie personali”. https://www.caigorizia.it/wp-content/uploads/2024/01/Vademecum-2024.pdf -scegliere le escursioni in base alle proprie capacità e preparazione fisica e tecnica; -informarsi sull'itinerario, studiando l'escursione e scaricando la mappa GPX

Avvicinamento al luogo di partenza

Gorizia Palabigot – Strada del Vallone – all'immissione sulla statale 14 della Venezia Giulia svoltare a sinistra e procedere per qualche centinaio di metri; quindi alle indicazioni svoltare a destra e raggiungere l'ultimo parcheggio degli imbarcaderi al Villaggio del Pescatore (attenzione ai sensi unici).

Introduzione all'itinerario

L'escursione, ADATTA A TUTTI, si sviluppa interamente in Comune di Duino-Aurisina in una zona carsica e costiera, ricca di siti naturalistici e storici, che abbracciano un periodo che va dal mesolitico alle due guerre mondiali del '900 e all'esodo degli Istriani. Camminando fra natura e bellezza nel bel bosco sul mare o sulle pietraie carsiche dell'Ermada, si paleseranno siti paleontologici (quello del dinosauro Antonio), siti archeologici (come la grotta del dio Mitra, il misterioso Castel Pucino, la villa/manso romana, le tracce dell'antica strada romana Aquileia – Tergeste), trincee, grotte e fortificazioni costiere della linea difensiva austriaca Flondar), monumenti (ai Lupi di Toscana, a Giovanni Randaccio, alla Terza Armata). Un breve passaggio per Duino fino a sfiorare l'ingresso al castello e poi... bosco e mare!

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di *Gorizia A.P.S.*

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

e_mail: info@caigorizia.it o seniores@caigorizia.it - internet: <http://www.caigorizia.it/>



CLUB ALPINO ITALIANO
Sezione di Gorizia A.P.S.
Gruppo Escursionisti Seniores
“Slow Trekking”



Descrizione dell'itinerario

Giunti al Parcheggio e fatto l'appello dei presenti ci divideremo in due gruppi, perché i locali del museo sono piccoli: il gruppo A entrerà subito al museo per la breve visita guidata e il gruppo B raggiungerà invece il bar della piazzetta (sosta caffè e servizi). A seguire il gruppo B visiterà il Museo e il gruppo A andrà al bar.

Di nuovo insieme inizieremo l'escursione che ci porterà a imboccare, dietro le ultime case del Villaggio, il 'Sentiero storico-naturalistico Bratina'. Raggiunta la sommità del promontorio (30 metri di dislivello) il percorso sarà per lo più individuato da un doppio cordolo di sassi e da segnali in vernice giallo-arancione, da seguire con attenzione, non allontanandosi dal gruppo senza avvisare, perché Punta Bratina è un dedalo di sentieri. Percorreremo le trincee e incontreremo numerose grotte, postazioni e gallerie militari soprattutto lungo le verticali pareti rocciose Nord (linea difensiva Flondar-Ermada).

Scenderemo quindi dal promontorio al fiume Timavo, alle sue bocche e alla Chiesa di San Giovanni in Tuba, non senza aver fatto una tappa ai Lupi di Toscana, all'iscrizione virgiliana sul Timavo dal primo libro dell'Eneide e al monumento a Giovanni Randaccio, qui mortalmente ferito il 28 maggio 2017 dopo la conquista di Punta Bratina.

Attraversata la strada statale, raggiungeremo Villa Randaccio e, tornati sui nostri passi, saliremo alla Chiesa di San Giovanni Nuovo, al Monumento alla Terza Armata e all'imbocco del sentiero CAI n. 1 Timava.

Inizialmente molto facile il sentiero si sviluppa poi, per un breve tratto, su qualche placca rocciosa che richiede un minimo di attenzione prima di arrivare alla Grotta del Dio Mitra, che troveremo aperta grazie alla disponibilità del Gruppo Speleologico Flondar. Visita guidata alla scoperta di un culto misterico di più di 1500 anni fa, forse riconducibile alla città iraniana di Yazd e allo Zoroastrismo. Sosta e merenda.

Attraverso le strade di Duino ci porteremo al Bosco della Cernizza, un tempo parco dei Signori del castello, una lecceta di una ventina di ettari, con la Grotta Fioravante, sito mesolitico dall'infelice storia (ora in via di recupero) e dalla affascinante leggenda legata al suo nome.

Giungeremo quindi alla muraglia costiera difensiva voluta dagli Austriaci contro un eventuale attacco italiano dal mare per arrivare a Trieste. Qui troveremo il varco per scendere a una deliziosa caletta aperta sul golfo, dove sostaremo. Di nuovo in marcia cominceremo il ritorno, scendendo dal bosco della Cernizza alla Prima Secada e alla cava dismessa (zone che andrebbero recuperate).

Prenderemo la breve e facile salita per arrivare al sito paleontologico (ormai chiuso) dove fu trovato l'adrosauride Antonio, il piccolo, quasi integro dinosauro di circa 82 milioni di anni fa.

Non rimarrà che scendere alla strada e attraversare tutto il Villaggio del Pescatore per arrivare alle auto.

ARRIVEDERCI!

Daniela, Fiammetta, Danilo, Maristella e Pietro

UN SENTITO RINGRAZIAMENTO AL GRUPPO SPELEOLOGICO FLONDAR PER LA COLLABORAZIONE

NB. Vista la ristrettezza dei tempi per l'organizzazione dell'uscita sarà quanto prima fornita a ogni partecipante una scheda con le principali informazioni culturali. Attraverseremo infatti un territorio incredibilmente ricco di spunti naturalistici e storici.

CLUB ALPINO ITALIANO

Sezione di Gorizia A.P.S.

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

e_mail: info@caigorizia.it o seniores@caigorizia.it - internet: <http://www.caigorizia.it/>