



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



Mercoledì 21 ottobre 2026

Alpi Carniche Orientali - Tarvisiano
MONTE LA PALLA (m. 1053 s.l.m.)

Traversata da Coccau a Camporosso in Valcanale
con visita guidata alle Chiese di San Egidio e Santa Dorotea

Itinerario	Pista ciclabile a Coccau (m.730 s.l.m.) – Coccau di Sopra e chiesa fortezza di San Nicolò (m.774 s.l.m.) – Alpe Adria Trail fino al parco Cervi di Tarvisio (m. 800 s.l.m.) – Monte La Palla (m.1053 s.l.m.) – Sella Palla – Ciclabile in località Rutte di Camporosso – Campo-rosso (m.820 s.l.m.)	
Grado di difficoltà	T/E	Il percorso si sviluppa su sentieri (E), strade forestali e tratti in asfalto (T).
Interesse	Paesaggistico, naturalistico, storico e artistico.	
Equipaggiamento Attrezzatura	Da escursionismo adeguato alla stagione, abbigliamento a strati, scarponi, bastoncini (vivamente consigliati), stuoio per la seduta. Prudenzialmente: spray antizecche.	
Punti di ristoro in escursione	Nessuno. Pranzo al sacco.	
Tempi netti	4/5 ore	
Dislivelli	Percorso A : 490 m in salita e 460 in discesa Percorso B: 290 m in salita e 250 in discesa	
Lunghezza percorso	Percorso A: km. 12 circa Percorso B: km. 9 circa	
Cartografia	Carta Tabacco n. 019. Tarvisiano.	
Direttore di Escursione	Daniela Antoniazzi ASE	
Accompagnatori	Gianluigi Chiozza, Cristina Paternoster e Danilo Fum.	
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 - Raduno ore 7.00 . Partenza ore 7.15 .	
Luogo e ora di arrivo	Rientro a Gorizia intorno alle 19.00 - 19.30	
Mezzo di trasporto	PULLMAN	
Costi	Euro 20 Per i NON SOCI obbligatoria l'Assicurazione giornaliera del costo di euro 12.95.	
Note	Il Pullman di norma è da 50/52 posti. Eventuali ulteriori iscrizioni saranno accettate, ma solo con uso di auto proprie e previo accordo con gli accompagnatori.	

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”



Presentazione	Martedì 13 ottobre 2026 alle ore 18.30 presso la sede sociale
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 montagna 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-Villesse, Autostrada Villesse-Valbruna, Valbruna-Coccau. Park sul tratto di ciclabile lungo lo Slizza.

Introduzione all'itinerario

Le peculiarità dell'uscita possono essere così riassunte:

- un percorso naturalistico di grande rilievo nella foresta di Tarvisio con il *Sentiero dell'orso* e il *Sentiero della lince* per conoscere i due mammiferi e gli altri abitanti di questo scrigno di biodiversità, anche attraverso pannelli esplicativi;
- l'ampiezza e la bellezza dei paesaggi della Valcanale;
- vicende e arte di questa exclave del Principato Vescovile di Bamberga nei 1000 anni della sua storia.

Descrizione dell'itinerario

In pullman raggiungeremo la ciclabile lungo lo Slizza, sotto Coccau, e ci prepareremo per l'escursione. Saliremo su sentiero a Coccau di Sopra e poi, su asfalto, raggiungeremo la Chiesa Fortezza di San Nicolò. Davanti ai nostri occhi si aprirà lo spettacolare scenario delle dirimpettaie Alpi Giulie, del Dobratsch e della Valcanale. Accompagnati da una delle viste più belle del Tarvisiano, ci porteremo all'attacco del percorso Alpe Adria Trail (o Sentiero Kugy di fondovalle, che comprende il percorso naturalistico *'Il Sentiero dell'Orso'*). Dopo circa 5 km di piacevoli su e giù nella foresta con 180 metri complessivi di dislivello in salita, raggiungeremo il Parco Cervi, appena sopra l'abitato di Tarvisio centro.

Qui, qualora fosse necessario o gradito, ci divideremo in due gruppi.

Il gruppo A inizierà la salita su *'Il sentiero della lince'* fino a raggiungere il Monte La Palla e i suoi due Belvedere (m.

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"



250 circa di dislivello su sentiero) e potrà consumare il pranzo al sacco in due scenari vicini, ma diversi.

A seguire comincerà la discesa che porterà, nel cuore della foresta, prima a un rifugio privato in una amena, verdeggiante conca e poi alla panchina presso l'uscita dall'ex Parco Cervi, dove ad attendere ci sarà **il gruppo B**, che su strada forestale avrà compiuto un breve percorso a semianello alla base del Monte La Palla.

Di nuovo insieme, e sempre in un bel bosco e su comoda carraia, ci avvicineremo a Camporosso. Giunti a una presa dell'acqua, svolteremo decisamente a sinistra in direzione sud, lasciando la strada bianca che porta ai guadi del Bartolo, e scenderemo su sentierino ai prati della località Rutte di Camporosso e alla ciclabile.

La meta sarà vicina: velocemente risaliti in bus con gli zaini, arriveremo nei pressi delle due chiese per la visita guidata a cura della studiosa e restauratrice Angela Cecon.

Concluse le visite, da Santa Dorotea raggiungeremo a piedi il noto 'Bar Lori', dove ci attende il pullman e dove sarà possibile concludere la giornata con il solito brindisi.

ARRIVEDERCI!

Daniela, Gianluigi, Cristina e Danilo

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/>