



**Alpe Adria Trail:
a piedi dai monti della Carinzia fino al mare Adriatico,
un itinerario a misura di turista**

**Friuli Venezia Giulia, Carinzia e Slovenia unite da un progetto transnazionale
che coinvolge il territorio dell'Alpe Adria**

Trieste, 31 ottobre 2012 – C'è un filo diretto che unisce la montagna più alta dell'Austria, il Großglockner, con Muggia e il mare Adriatico e passa per Carinzia, Slovenia e Friuli Venezia Giulia: è l'Alpe Adria Trail, il nuovo percorso di trekking che unisce sentieri già esistenti per la prima volta cartografati in maniera unitaria per creare un itinerario senza confini, fruibile dal turista grazie alla messa a punto di servizi informativi e di accoglienza. Alpe Adria Trail è un esempio virtuoso di collaborazione tra le Regioni dell'Alpe Adria che ha come obiettivo la promozione di un prodotto turistico coordinato, la valorizzazione dell'ampia offerta del territorio e il potenziamento della cooperazione transfrontaliera nel settore turistico.

L'Alpe Adria Trail è composto da 38 tappe, ciascuna della lunghezza di circa 17 km e segnalate con una cartellonistica ideata ad hoc, che attraversano tre Paesi per un totale di 170 km in linea d'aria che diventano 690 di percorso a piedi. Ogni tappa è composta da un itinerario definito, che può essere seguito in entrambi i sensi e da scegliere a seconda del proprio allenamento e del paesaggio che si predilige. L'obiettivo infatti non è quello di arrivare in fondo ma di gustarsi il territorio, scoprirne le peculiarità oltre che le differenze e similitudini dei tre diversi Paesi.

L'itinerario di ogni tappa è studiato in modo da fornire all'escursionista servizi di accoglienza grazie alla presenza di strutture che permettono anche di entrare in contatto con le tradizioni del territorio.

L'itinerario

Le prime sette tappe si svolgono in Carinzia e attraversano la Mölltal: si parte in mezzo al Parco Nazionale degli Alti Tauri e si prosegue per Heiligenblut e Grosskirchheim dove si incontrano i mulini di Apriach. Lungo il percorso si trova anche la medievale Gmünd e la Millstätter Alpe, fra le zone escursionistiche più belle della Carinzia. Il turista si troverà in mezzo al paesaggio del Parco Nazionale dei monti Nockberge e, con una magnifica vista



sull'Ossiacher See, proseguirà per l'ultima tappa che si snoda interamente in territorio carinziano, da Velden sul Wörthersee fino alla Baumgartnerhöhe, a poca distanza dal Faaker See.

Con le tappe successive del trekking Alpe Adria Trail gli escursionisti abbandonano il territorio austriaco per entrare in Slovenia e arrivare a Kransjka Gora. Il percorso segue in gran parte il fiume Isonzo e attraversa il parco del Triglav, in mezzo alle Alpi Giulie, imbocca la strada alpina più alta della Slovenia e passa per Vršic raggiungendo Bovec fino ad arrivare a Caporetto e Tolmino.

Da Tolmino si attraversa il confine italiano e si arriva nelle Valli del Natisone per toccare una delle tappe principali dell'itinerario del Friuli Venezia Giulia, Cividale del Friuli. Da qui si passa in Slovenia per attraversare la zona di Goriška Brda, per poi tornare in Italia in Collio. Cormons e Gradisca d'Isonzo sono tra le tappe cardine prima di arrivare nel Carso triestino, da dove il turista si affaccia sul mare, per fare poi una breve tappa in Slovenia e visitare l'allevamento ippico di Lipizza. L'ultima tappa porta infine a toccare con mano il mare Adriatico nel porto di Muggia.

Il Giro delle 3 Nazioni

Chi non ha tempo di percorrere l'intero trail ma non vuole rinunciare alle emozioni di un trekking attraverso tre Nazioni, può scegliere la variante breve dell'Alpe Adria Trail: con il Giro delle 3 Nazioni in sette tappe giornaliere si percorrono 123 km attraverso Carinzia, Slovenia e Friuli Venezia Giulia. Il punto di partenza carinziano si trova alla Baumgartner Höhe, vicino al Faaker See, da dove si prosegue per Warmbad Villach, Nötsch e Feistritz. Quindi si punta verso l'Italia attraverso la Val Canale e i paesi di Valbruna e Tarvisio. Oltre al santuario del Monte Lussari, si toccano i laghi di Fusine e si passa ai piedi del Mangart, una delle vette più alte delle Alpi Giulie; proseguendo si entra in Slovenia a Planica, famosa per i suoi trampolini di salto con gli sci. A poca distanza si trova Kranjska Gora, stazione di sport invernali famosa a livello internazionale, da dove si parte per superare la catena delle Caravanche e ritornare al punto di partenza in Carinzia.