

**Friuli Venezia Giulia “underground”: un viaggio tra grotte,
miniere e leggende che riaffiorano dalle profondità della terra**
**Dalla Grotta Gigante a Pradis e San Giovanni d’Antro, Villanova, Torri di Slivia, Raibl e Cludinico:
la regione apre le porte del suo cuore sotterraneo tra visite guidate e percorsi attrezzati**

Trieste, 20 maggio 2026 – C’è un Friuli Venezia Giulia che si ammira guardando le vette, il mare, i borghi e le città d’arte. E poi ce n’è un altro più misterioso e silenzioso, che si scopre scendendo sotto la superficie, dove la luce lascia spazio alla roccia, al tempo profondo, all’acqua che modella la pietra e alle tracce lasciate dall’uomo nel corso dei secoli. Grotte naturali, cavità carsiche, ex miniere, parchi geominerari e luoghi legati al mito compongono un’offerta turistica affascinante, capace di unire natura, storia, spiritualità, avventura e divulgazione scientifica. Un mondo nascosto che invita a rallentare il passo e a vivere la meraviglia dell’esplorazione, non una semplice visita, ma un’immersione emozionale nelle profondità del territorio. [Molti di questi luoghi sono visitabili](#) anche senza competenze speleologiche specifiche, grazie a percorsi attrezzati, musei, centri didattici e visite guidate per vivere l’esperienza in piena sicurezza e coglierne fino in fondo il valore naturalistico, storico e culturale. Alcune grotte e miniere sono dei geositi, in quanto rare ed eccezionali testimonianze della storia e dell’evoluzione della terra.

Grotte turistiche: la meraviglia naturale sotto i piedi

Tra le cavità più spettacolari del Friuli Venezia Giulia spicca la [Grotta Gigante](#), nel Carso triestino, una delle mete più visitate della regione. Inserita nel 1995 nel Guinness World Records come la grotta turistica a sala unica più grande al mondo, conduce i visitatori lungo il tracciato di un antico fiume sotterraneo fino alla Grande Caverna, un ambiente monumentale di circa 365mila metri cubi e quasi 100 metri di altezza. Stalattiti, stalagmiti e concrezioni millenarie accompagnano un percorso guidato di grande impatto scenografico e scientifico, completato dal centro didattico e dal Museo scientifico speleologico.

Sempre nel Carso triestino, la [Grotta delle Torri di Slivia](#) è considerata una delle meraviglie del territorio per la ricchezza delle sue concrezioni. Nota all’uomo da tempi antichissimi, conduce il pubblico a circa 60 metri di profondità attraverso un ingresso artificiale e una scalinata di 200 gradini. Il percorso permette di ammirare stalagmiti imponenti, alte fino a 8 metri, e il celebre gruppo delle otto concrezioni da cui la grotta prende il nome. Il sito presenta un elevato valore biospeleologico ed è in fase di conclusione uno progetto di valorizzazione didattica sul tema, finanziato dalla Regione. L’esperienza inizia all’agriturismo Torri di Slivia, con il trasferimento in agribus fino all’ingresso nascosto nel bosco.

Nel cuore dell’Alta Val Torre, la [Grotta Nuova di Villanova](#) rappresenta un caso unico nel panorama europeo: è la più estesa cavità “di contatto” visitabile in Europa, formata tra due diversi tipi di rocce. Le sue gallerie, percorse da un torrente sotterraneo, si sviluppano per oltre 9 chilometri e regalano ambienti di grande fascino, tra sale concrezionate, canyon, colate calcitiche simili a cascate bianche e stalattiti eccentriche che sembrano sfidare la gravità. Le visite, sempre guidate e su prenotazione, permettono di scegliere tra diversi percorsi turistici attrezzati e illuminati.

Nel territorio pordenonese, le [Grotte di Pradis](#) sono conosciute anche come tempio nazionale degli speleologi. Frequentate fin dalla preistoria da uomini e animali, custodiscono testimonianze paleontologiche e archeologiche oggi valorizzate anche dal vicino Museo delle Grotte di Pradis. Scendendo lungo i 207 scalini si raggiunge la forra scavata dal torrente Cosa, in un ambiente di forte suggestione naturalistica e spirituale, dove si trovano anche il Crocefisso ligneo e la statua bronzea della Madonna. Grazie a contributi regionali, il museo e gran parte del percorso ipogeo sono stati resi accessibili anche a visitatori non vedenti e ipovedenti.

Nelle Valli del Natisone, a poca distanza da Cividale del Friuli, la [Grotta di San Giovanni d’Antro](#) unisce natura, architettura, culto e leggenda. Dopo una salita di circa cento gradini si raggiunge l’ingresso fortificato della cavità, che nei secoli ha offerto rifugio alle popolazioni locali ed è diventata luogo di culto almeno dall’VIII secolo. Al suo interno si trovano una cappella e un prezioso altare ligneo settecentesco di scuola slovena, con statue cinquecentesche attribuite alla bottega di Giovanni Martini. La grotta è visitabile per diverse centinaia di metri e conserva concrezioni calcitiche in continua evoluzione.

Rilievi, foto ed ulteriori informazioni tecniche di dettaglio sono disponibili nel [Catasto speleologico regionale](#) (Csr), istituito al Servizio geologico della Regione e liberamente disponibile in rete.

Ex miniere: memoria del lavoro e turismo nelle viscere della montagna

Il patrimonio sotterraneo del Friuli Venezia Giulia non è fatto solo di grotte naturali: le ex miniere raccontano un’altra storia, quella del lavoro, della fatica, delle comunità nate intorno all’attività estrattiva e del rapporto profondo tra l’uomo e la montagna.

Nel Canal del Ferro, a Resiutta, la [Mostra della Miniera del Rio Resartico](#) conserva la memoria dell’estrazione di rocce bituminose nella parte alta della valle del rio Resartico. L’esposizione, curata dal Parco naturale regionale delle Prealpi Giulie, raccoglie pannelli, fotografie, campioni di roccia, attrezzature dei minatori, un plastico della valle e la ricostruzione a grandezza naturale di una galleria

con carrello. Un percorso che permette di comprendere la storia dell'attività estrattiva, le caratteristiche geologiche dell'area e le dure condizioni di vita e lavoro in miniera.

A Ovaro, in Carnia, la [Miniera di Cludinico](#) offre un vero tuffo nel passato. Il complesso minerario comprendeva un tempo circa 150 chilometri di gallerie distribuite tra i siti di Creta d'Oro, Vareton e Rio Malon. L'estrazione del carbone, avviata negli ultimi decenni del Settecento, proseguì fino alla fine degli anni Cinquanta dello scorso secolo, trasformando Cludinico in un villaggio minerario con dormitori, mense, officine, falegnamerie e una teleferica per il trasporto del carbone. Oggi, grazie a un importante lavoro di riqualificazione, è possibile percorrere circa un chilometro delle gallerie dell'ex miniera Creta d'Oro, illuminate e messe in sicurezza, accompagnati da una guida. Il museo, ospitato nell'ex magazzino del villaggio minerario, espone reperti donati dai minatori e dalle loro famiglie.

Nel Tarvisiano, la [Miniera di Raibl – Cave del Predil](#) è stata per secoli una delle più importanti miniere europee di piombo e zinco. Chiusa nel 1990, è oggi il cuore del Parco internazionale geominerario di Raibl, luogo di memoria operaia, turismo culturale e didattica. L'antico reticolo minerario si sviluppava per circa 120 chilometri di gallerie su 19 livelli, fino a 520 metri di profondità. La visita consente di percorrere parte degli spazi interni, scoprire minerali e tecniche di estrazione e comprendere la vita quotidiana di migliaia di minatori. L'esperienza è arricchita dal nuovo trenino turistico, recentemente ripristinato con un moderno locomotore, e dalla mostra della tradizione mineraria di Raibl, che racconta la storia della località e del villaggio operaio di Cave del Predil.

Dove miti e leggende incontrano la natura

Nel mondo sotterraneo del Friuli Venezia Giulia, la natura dialoga spesso con il mito. Alcune cavità non sono solo luoghi geologici, ma spazi simbolici, carichi di racconti, culti antichi e memorie tramandate. Ai piedi del Monte Hermada, nel territorio di Duino, si apre la [Grotta del Mitreo](#), dove in epoca romana si praticava il culto misterico del dio Mitra. Al suo interno si trovano due banconi paralleli, destinati ai partecipanti ai rituali, e due bassorilievi che raffigurano la divinità nell'atto di sacrificare un toro. Il Mitreo di Duino rappresenta una rarità a livello europeo: è infatti l'unico esempio conosciuto collocato in una cavità naturale anziché in un ambiente ipogeo artificiale.

Sul Carso triestino, la [Grotta Nera di Basovizza](#) deve il suo nome alle pareti annerite dai fumi di un'esplosione avvenuta nel dopoguerra, quando la cavità veniva utilizzata per la bonifica di residui bellici. Alcune fonti storiche la citano anche come luogo di deposito del ghiaccio a metà Ottocento. Oggi fa parte del Centro didattico Eliseo Osualdini ed è diventata un'aula didattica ipogea, dove sono stati ricostruiti quattro siti che illustrano la vita dell'uomo nella preistoria sul Carso triestino.

In Carnia, nei dintorni del passo Cason di Lanza, il paesaggio geologico dei [Piani di Lanza](#) introduce alla suggestiva **Grotta di Attila**. La cavità, lunga oltre 450 metri e a sviluppo prevalentemente orizzontale, è raggiungibile attraverso itinerari facili che partono dalla zona della Casera Cason di Lanza, adatti anche alle famiglie. La grotta si può visitare solo per pochi metri, poiché si restringe progressivamente, ma il suo fascino è legato soprattutto alla leggenda: secondo la tradizione, Attila, condottiero degli Unni, avrebbe attraversato questi luoghi nel 452 e nascosto proprio qui i tesori raccolti durante le sue campagne militari.

Anche la [Grotta di San Giovanni d'Anatro](#) custodisce un racconto leggendario: quello della regina Teodolinda, o regina Vida secondo alcune varianti locali, che rifugiata nella grotta avrebbe ingannato gli assediati gettando l'ultimo sacco di grano sui nemici, convincendoli dell'abbondanza di provviste e inducendoli a togliere l'assedio. Una narrazione che, pur richiamando motivi diffusi in altre tradizioni, è ancora viva nelle Valli del Natisone anche attraverso filastrocche tramandate ai bambini.

Dalle grotte ai Musei: gli itinerari archeologici

Alcune cavità rappresentano un patrimonio archeologico di valore europeo che conserva testimonianze della presenza umana dal Paleolitico fino all'età dei metalli. Per accompagnare il visitatore in questa eredità millenaria sono disponibili [percorsi tematici di facile accesso](#), che uniscono paesaggio, cultura e storia, offrendo un'esperienza immersiva adatta sia al largo pubblico che agli appassionati di turismo culturale. I reperti rinvenuti sono conservati ed esposti nei principali musei del territorio, tra cui il Museo civico di Storia naturale di Trieste e il Museo friulano di Storia naturale di Udine a cui gli itinerari rimandano per un completamento della visita. Sul sito del Csr è disponibile la monografia dedicata.

Il 13 settembre la Giornata internazionale Unesco delle Grotte e del Carsismo

Questo ricco patrimonio sotterraneo si inserisce in un percorso di valorizzazione sempre più coordinato. Il tavolo dedicato all'offerta grotte, promosso e coordinato da PromoTurismoFVG in sinergia con il Servizio geologico della Regione, sta già guardando al **13 settembre**, data della [Giornata internazionale Unesco delle Grotte e del Carsismo](#), ricorrenza annuale dedicata all'istruzione, alla conservazione e alla sensibilizzazione del pubblico sui sistemi carsici del mondo. Per l'occasione sono allo studio iniziative specifiche, quali aperture gratuite e attività divulgative. Un'opportunità per rafforzare la conoscenza di ambienti fragili e preziosi, non soltanto luoghi di visita, ma veri archivi naturali e culturali del pianeta. Le grotte e i paesaggi carsici, formati dalla dissoluzione delle rocce

IO SONO
FRIULI
VENEZIA
GIULIA



carbonatiche, custodiscono risorse fondamentali: forniscono acqua potabile a oltre un miliardo di persone, preservano biodiversità uniche e conservano testimonianze geologiche, archeologiche e culturali di valore inestimabile. Celebrarli significa quindi promuovere un turismo consapevole, capace di unire meraviglia e responsabilità.