

Descrittivo della Via Flavia - Un cammino da fare

[aggiornato al 8 luglio 2020]

Prima tappa

Lazzaretto(Muggia)-Bagnoli della Rosandra-21km

Il cammino inizia all'incrocio che porta al Porticciolo di Lazzaretto (Muggia), a circa 300 metri dal confine con la Slovenia, precisamente dove si trova il cippo che ricorda l'arrivo del *Camminitalia* del CAI.

Si prosegue per un rettilineo asfaltato per circa 300m, lasciando il mare sulla sinistra, alla prima curva si sale a destra con indicazione *Traversata Muggesana*. Dopo circa 400 m, mentre l'asfalto sale, sulla sinistra bisogna prendere il sentiero, all'incrocio con la carrareccia più larga si scende, per poi girare a destra su percorso segnato, dove c'è uno slargo. (Bosco dell'Arciduca).

Imboccato quel sentiero con attrezzature ginniche, si esce in prossimità di alcune case. Sull'asfalto si sale a destra e si prende la seconda strada asfaltata e sinistra. Si sale, primo incrocio a sinistra e secondo incrocio a sinistra, si arriva a Muggia Vecchia.

(Adatto per giornate piovose o fangose per bikers: L'asfalto in salita ci porta sul monte, passando accanto ai ripetitori TV.

Alle prime case della frazione Chiampore si devia a sinistra e si cammina tra ville, e si esce praticamente al Santuario di Muggia Vecchia)

Bel posto da ammirare e visitare, stupendo panorama sul mare, e accoglienza a donativo di fronte la chiesetta previo e-mail 2gg. Prima (incontro con Don Andrea-amico dei pellegrini).

Si passa oltre e si scende, prendendo a destra Salita Ubaldini, si passa la chiesa di s. Cristoforo, e tramite scalini ampi si arriva a Muggia, antica guarnigione Romana (Castrum Muglae) Qui girando a sinistra consigliamo di entrare nel vicolo che porta alla piazza della cattedrale, bellissima la facciata, per poi ritornare al punto da dove siamo scesi girando a destra questa volta e seguendo le frecce gialle inizieremo la salita di via Colarich.

(Mentre per i ciclisti dobbiamo prendere il lungomare verso Trieste, e prima del

ponte sul Rio Ospo girare a destra, per poi ricollegarsi ai camminanti alla seconda rotonda).

All'incrocio alla fine di una prima salita, abbiamo due opzioni: o girare a destra dove la salita è più lunga ma dolce e più pericolosa, o andare dritti e imboccare la salita ripida che porta a S. Barbara seguendo la freccia gialla.

Li nella frazione, salendo accanto alla chiesetta, ma fuori percorso, c'è un bel castelliere da vedere, se non si fa questa deviazione senza frecce, si prende lo sterrato sulla sinistra segnalato, e dopo un po' c'è da prendere quello a destra.

Tenendo sempre il sentiero principale, si passa accanto ad una cava in discesa, fare molta attenzione al terreno scosceso. Arrivati al livello del terreno seguimo sempre le indicazioni gialle, passiamo sotto un ponte della superstrada, breve sterrato sulla destra e seguiamo le indicazioni Laghetti Noghère.

Si percorre un rettilineo lungo la ciclabile dipinta di rosso. Giunti all'entrata visite didattiche dei Laghetti delle Noghère, si consiglia una breve visita seguendo l'apposita mappa all'entrata (consigliata una foto della mappa) per poi ritornare sullo sterrato principale. Si lascia lo sterrato fangoso per girare a sinistra. Arriviamo sulla provinciale e giriamo a destra per 300m, poi a sinistra per uno sterrato, un campo con una rete divisoria, ci riporterà in quota passando per dei cortili tra le case, e girando sull'asfalto a sinistra percorriamo il paese di Caresana (Mackolje). Dopo 500m arriviamo ad un incrocio, prendiamolo a destra per 50 m circa e prendiamo il sentiero sulla sinistra.

Poi nel bosco lungo single track ed alcuni facili guadi il sentiero ci porta sopra il paese di S. Dorligo della Valle (Dolina), nelle vicinanze del cimitero, a destra c'è una fonte per l'acqua. C'è scritto non potabile, ma tutti del paese fanno rifornimento).

Si scende in paese, lasciando il cimitero a sinistra, e lo si attraversa passando davanti la chiesa di Sant'Ulberico (di fronte nella casa parrocchiale, suonando, si può timbrare) dove vediamo un pozzo, o sorgente giriamo a destra. (girando invece a sinistra, fuori tracciato, a 150m c'è una trattoria) Si esce dal paese principale e attraversando la provinciale, e a destra si entra nell'abitato di Crogole, e passandolo in salita, si prende il sentiero segnato in bosco. Anche qui, single track non adatto a bike, con alcuni ponticelli si arriva a Bagnoli della Rosandra. Qui abbiamo 2 accoglienze B&B.

----- Via Flavia – Un Cammino da fare -----



Seconda tappa

Bagnoli della Rosandra-Miramare-20km (se siete al B&B Torrente Rosandra, chiedete ad Andrea, c'è la possibilità di iniziare con una deviazione molto suggestiva e panoramica).

A Bagnoli della Rosandra al semaforo (unico) si prende la strada in salita, e dopo circa 150m nell'ultima stradina si gira a sinistra, dopo un po' inizia lo sterrato, al primo incrocio si prende a sinistra per poi dopo pochi metri rigirare in salita a destra. Dopo il salitone si riprende la provinciale a sinistra e dopo 150 metri si prende a destra una stradina asfaltata in salita tra le case, dopo poco passando sotto un ponticello si arriva alla ciclabile G. Cottur che porta fino al centro di Trieste- la Romana Tergeste. (si attraversano le gallerie illuminate)

A conclusione della ciclabile il percorso porta attraverso la Via Gramsci in Piazza S. Giacomo, con la chiesa di S. Giacomo Apostolo (possibile il timbro, suonare alla porta della sacrestia a fianco della chiesa) eretta nel 1854 dove prima esisteva una cappella poi demolita. DA QUI NON CI SONO PIU' FRECCE GIALLE FINO ALL'USCITA DEL PARCO DI MIRAMARE. L'AMMINISTRAZIONE COMUNALE NON LO CONSENTE. ATTENERSI A QUESTO DESCRITTIVO OPPURE AL GPX. CI SONO DI SEGUITO 2 FOTO DELLA TRACCIA PER USCIRE.

Da qui via Frausin, via s. Giacomo in Monte, al semaforo andare in salita attraverso via Risorta, e costeggiando le mura del Castello di S. Giusto arriviamo in Piazza Cattedrale con la chiesa di S. Giusto (possibile il timbro suonare di fianco, cancelletto nero), Patrono di Trieste (Tergeste), qui si domina sulla città e sul mare.

Si scende attraverso via Cattedrale e si trova la chiesa di S. Maria Maggiore e la Basilica molto datata di S. Silvestro. Si scende la scalinata, (girando a destra 200m. c'è il Teatro Romano) e si arriva in Piazza Unità d'Italia, e qui si apre uno spettacolo di palazzi asburgici, una piazza sul mare unica al mondo.

Si prosegue sul lungomare, si passa la Stazione Centrale, (dove forse siamo arrivati il giorno prima), e seguendo la strada costiera, quasi tutta ciclabile e sotto gli alberi, si giunge al bivio di Miramare. **(Qui i ciclisti devono tirare dritti per 500m e girare a destra salendo per via Beirut, ed attraversando la Stazione di Miramare (sottopasso e alcuni calini) si ricongiungono come gpx ai camminanti)** Si gira a sinistra sul lungomare (qui c'è l'Ostello Tergeste) e si entra nel Parco del Castello di Miramare, (vengono da

mezza europa per vederlo)passata dimora del Vicerè Massimiliano d'Asburgo.

Terza tappa Miramare-Villaggio del Pescatore- Monfalcone-28,5 km

Nel pianificare questa giornata di cammino, valutate le vostre capacità di camminanti e di resistenza in quanto se i chilometri da percorrere risultassero troppi, avete la possibilità di abbreviare la tappa e pernottare al Villaggio del Pescatore (vedi elenco delle accoglienze)

Attraverso il parco del Castello di Miramare seguite le tracce del gpx, facilmente ci si perde, non un dramma, perchè si esce in via Beirut e nel sottopasso si attraversa la Stazione di Miramare (rimasta tale e quale) e dopo dei scalini giungiamo in Via Plinio.

(possibilità della variante Alta- Miramare - Aurisina - Villaggio del Pescatore) - vedi alla fine

Si gira a sinistra, e dopo un po' ci si trova in via del Pucino e la percorriamo fino in fondo. Costeggiando la ferrovia lo spettacolo sul mare è immenso!

Dopo alcuni km si incrocia la strada che porta dal mare a S. Croce, a destra si sale 100m e si gira a sinistra per Via della salvia un lungo sterrato. (segnato con frecce gialle) Dopo alcuni km si segue sulla sinistra, attraversando un cavalcavia ferroviario e salendo scalini in pietra, **subito dopo, tenendosi sulla destra della staccionata, stare attenti alle frecce.** (anche indicazioni del CAI 1)

Il terreno è roccioso, si passano alcune pietraie (fare molta attenzione al terreno!), si gode la vista della Vedetta Tiziana Weiss. Si scende sulla Strada Costiera SS 14. (I ciclisti invece di attraversare il sottopasso sulla ferrovia, si terranno a destra e percorrendo la zona artigianale di Aurisina, l'antica Avesica, con le sue cave Romane di marmo, si congiungeranno ai camminanti all'incrocio di Sistiana).

Sul marciapiede di sinistra camminiamo sulla statale arrivando a Sistiana (incrocio a sinistra), percorrendola tutta. All'incrocio con Sistiana Mare, facciamo attenzione perchè sul lato mare dobbiamo prendere il Sentiero Rilke, (mentre i ciclisti proseguiranno per 2 km e al semaforo a sinistra, si congiungeranno poco prima della piazza del castello Di Duino) e percorrendolo con panorami stupendi a strapiombo sul mare, si giunge a Duino (al Castello si può timbrare all'ufficio turistico). In piazzetta si prende come da gpx la seconda a destra, poi la terza a destra, e la seconda a sinistra, e si prosegue in

sterrato, incrociando la SP33 del Villaggio del Pescatore, (quì,scendendo in paese c'è un'accoglienza B&B).

Si attraversa la strada e ci si porta alle Foci del Timavo, famoso fiume carsico e alla Chiesa Romanica, bella da visitare di S. Giovanni in Stuba.(Resti e mosaico romano,e microclima)

Si oltrepassa la strada in direzione Gorizia SR 55 e dopo 300 mt svolta destra lungo il segnavia CAI e freccia gialla. I segnali si trovano tra le ultime case-.Si sale seguendo le frecce fino ad un incrocio sterrato a sin.--si prosegue sino ad incontrare la strada asfaltata si gira a destra nel boschetto.--Si prosegue sino ad incontrare un'altra strada asfaltata la si attraversa con attenzione(arrivano macchine e camion in velocità)

Prosegue il sentiero segnato dalle frecce ,sino ad incontrare nuovamente una strada asfaltata la si attraversa diagonalmente a destra (con attenzione) .Si prosegue il percorso tra delle case sino ad incontrare un bivio si gira a sin, si prosegue controllando sempre le frecce e dei bollini gialle.

Il percorso prosegue lungo l' autostrada ,si incontra un sottopasso tenendo la sin,lo si attraversa e si percorre il senso inverso dell'autostrada

Sulla a destra si entra nel boschetto e si prende il sentiero di sin che ci porta a Monfalcone, ricordarsi di rimanere sempre a sinistra costeggiando le rotaie del treno.

(possibilità della variante Trincee di guerra e Rocca di Monfalcone) - vedi alla fine

Dopo la stazione per salita Tommaso Mocenigo si entra a Monfalcone, e attraverso Viale San Marco e passando i semafori, Viale Oscar Cosulich, prima rotonda dritti, seconda rotonda via Bagni. (presso la Chiesa della Marcelliana possibile il timbro) (a Monfalcone 2 b&b convenzionati)

Variante Trincee di guerra e Rocca di Monfalcone:

Percorrendo il sentiero che costeggia la ferrovia si incontrano a destra delle trincee ben conservate ,si sale lungo le trincee,con la possibilità di visitare una grotta sempre aperta (munirsi di pila).

Seguendo le frecce su alcuni incroci di sentieri sterrati si arriva in prossimità della Rocca di Monfalcone(la domenica mattina aperta)- con un bella vista sulla città.

Scendendo lungo un sentiero asfaltato si incontra un sottopasso tenendo la sin. si arriva davanti una scalinata a destra -con davanti la "piazza grande" il palazzo del municipio. Si prosegue a sin.davanti il Duomo. Dietro il duomo percorso pedonale c'è una bella fontana con acqua potabile . Si prosegue fino alla fine della strada pedonale incrociando il Viale San Marco che a destra prosegue il percorso originario.

Variante Alta-Miramare-Aurisina:

Se avete scelto la Variante Alta e intendete arrivare a Monfalcone avrete davanti a voi 35,5 km(fino all'incrocio con la statale),nessun problema,la tappa è bellissima ma se intendete farla d'inverno,tenete conto dell'oscurità

Subito dopo la stazione di Miramare, arrivati alla stradina via Plinio,si sale sulla destra 'il sentiero dei pescatori' seguendo sempre le frecce gialle o gli stickers-in salita si costeggia un piccolo corso d'acqua.

Giunti all'asfalto inversione di marcia a destra e si cammina sulla strada attraverso i pastini carsici,fare attenzione alle indicazioni che man mano attraverso single trak -si arriva a Contovello,borgo pittoresco ,accanto alla Chiesa viste sul golfo.

Si segue la strada a sin per poi scendere sulla strada che da Trieste porta a Prosecco,c'è anche una fermata del bus.

Attenzione qui: girate a destra per 50 metri e poi prendere l'asfaltata a sin..

Le frecce portano verso il Santuario di Monte Grisa,fare attenzione nell'abitato di non seguire le frecce a ritroso perchè quelle serviranno al ritorno.

Attraverso un bosco si arriva all'asfalto,si gira a destra e dopo una fontanella prendere il sentiero a sin.quello che sale.Seguendolo si arriva alla Vedetta Italia(vista da togliere il fiato)proseguire prestando attenzione ai sentieri che si biforcano e si arriva al Tempio Mariano(al bar-il timpro e rifocillamento).

Uscire dalla recinzione e svoltare a sin. Si scende per asfalto circa 500mt. Prendere il sentiero a sinistra(ben segnato con le frecce gialle).

Dopo il bosco a destra seguire la strada poco frequentata in discesa,poco prima di una Chiesa si gira a sinistra.Qui fare attenzione perchè è facile confondersi con le frecce che prima indicavano la salita-si seguono quelle che indicano la discesa.

All'incrocio con la Trieste-Prosecco girare a destra-proseguire un rettilineo asfaltato con

----- Via Flavia – Un Cammino da fare -----

marciapiede.

Seguendo le frecce si arriva all'entrata del bosco-inizia uno sterrato abbastanza lungo e dopo vari incroci,ma ben segnati,si arriva alla Vedetta Slataper sul Monte S.Primo.

Si scende per arrivare a Santa Croce,dopo le prime case si incontra la Chiesa di S.Rocco in restauro,seguire le frecce e adesivi tra le viuzze,e dopo le ultime case si entra nel bosco.

Attenzione alle deviazioni dei sentieri ben segnati.

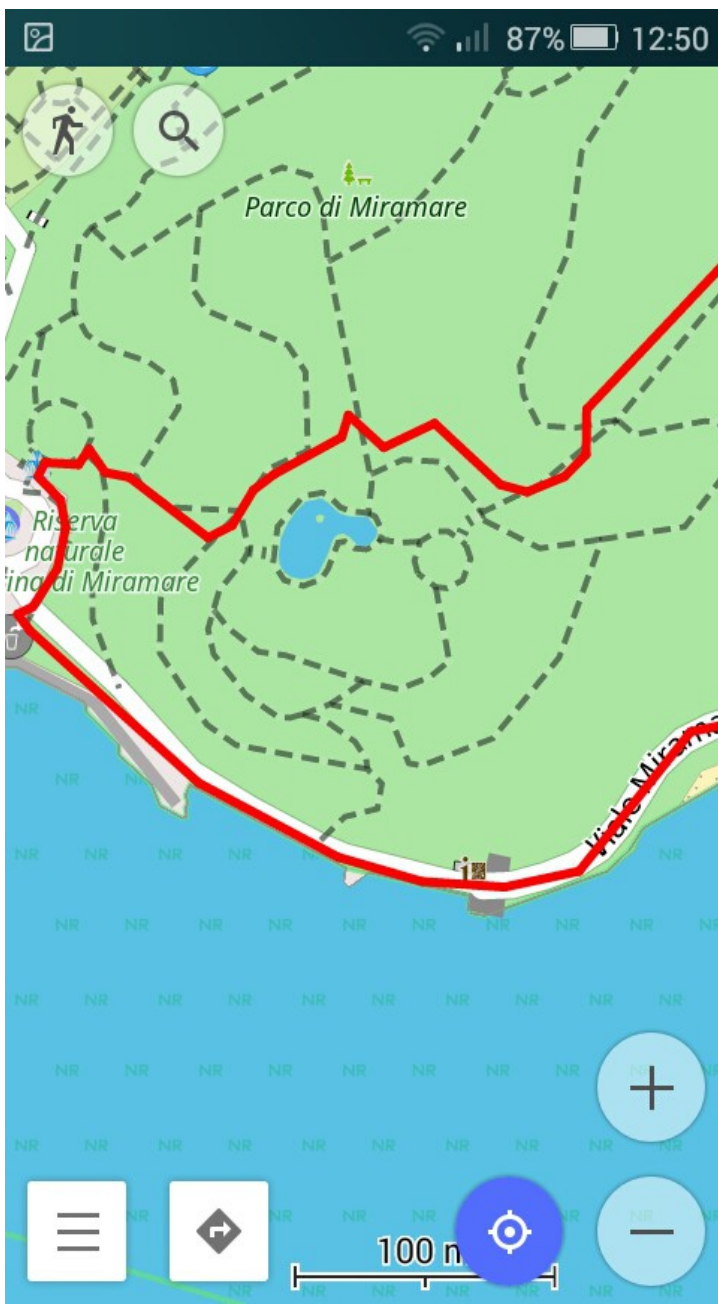
Si arriva alla Torre Liburnia,si può salire con attenzione,con vista fantastica.

Si ritorna per 20 mt e seguire un sentierino abbastanza stretto e selvaggio ma agevole.

Dopo 15 minuti si incrocia una carrareccia abbastanza larga-non seguirla- ma proseguire il sentierino diritto davanti.

Si esce davanti una scuola media,costeggiandola scendere per asfalto 150mt. E sulla sinistra fare 20mt di sentierino a sin. Si incontrano le frecce gialle che girando a destra

si ricongiungono con la via Flavia normale.



Quarta tappa

Monfalcone-Fossalon di Grado-Primero-30km

Prima di iniziare questa tappa, si consiglia di fare provviste di viveri, perché lungo il percorso e alla fine, non c'è questa possibilità. Una volta arrivati al B&B Cristina di sabato o domenica, si può cenare all'Agriturismo 3 Botti. Di solito la Cristina fa la cortesia di accompagnare i pellegrini in auto, altrimenti bisogna fare poco più di 1 Km per raggiungerlo. I giorni feriali bisogna cenare con le proprie provviste! C'E' ORA LA POSSIBILITA' DI CENARE DA LEI MA DEVE SAPERLO 2 GIORNI PRIMA. Oppure d'estate a 1km Ristorante da Renata.

Dalla Chiesa della Marcelliana si segue via Boschetti e si segue la ciclabile oltrepassando un ponte a destra, 500m a sinistra per Marina Julia.

Arrivati al mare si prende a destra lo sterrato e lo si segue sempre passando la Località Alberoni e tenendo il mare a sinistra, siete nei pressi dell'Isola della Cona (che si può anche visitare e anche pernottare come Centro visite e Riserva Naturalistica). Si prosegue lungo l'argine finché si giunge sulla SP19 che porta a Grado (Gradis), si passa il ponte sull'Isonzo a sinistra, e finito il ponte si prende lo sterrato a sinistra (sarebbe pericoloso fare 2, 5 km su quella strada specie d'estate molto trafficata). Praticamente si fa un cerchio come da gpx di circa 2, 5 km. In pratica dopo 500m di sterrato si segue la strada bianca a destra, dopo di che si percorre tutto il lungo rettilineo tenendo il piccolo canale a destra, arrivati in fondo sul canale si trovano le pompe di sollevamento acqua, in quel punto si oltrepassa il canale, e seguendo la ciclabile si arriva al ponte sull'Isonzo.

Dopo il ponte si gira a sinistra. Poi sempre dritti per la strada asfaltata, con passaggi di auto sporadici, fino a un piazzale sterrato sulla sinistra con barche ormeggiate, qui non si prende a destra subito, ma si fanno 150 m, e per via Golometto,

(possibilità della variante Caneo) - vedi alla fine

si giunge fino al mare su un lungo rettilineo. (Altro B&B Cristina, e lì vicino l'Agriturismo 3 botti di Fossalon, aperto i WE)

Si sale sull'argine(ciclabile) a destra per 3 km, la strada va in fondo a destra, dopo 3 km un incrocio a sinistra, e siamo nella riserva Faunistica di Val Cavanata.

Proseguendo sempre la ciclabile sulla sinistra., si passa un grande ponte.

Variante Caneo:

Arrivati all'incrocio con via Golometto-tenere la destra e proseguire per via Punta Sdobbba tenendo a destra il canale dell'Isonzato-prima una strada asfaltata poi sterrata- fino ad incontrare il Caneo-ristorante ~~bar~~ albergo .(telefonando si può gustare può gustare fresco- dormire) Da lì lungo la ciclopedonale si prosegue costeggiando il mare a sin.incontrando il percorso ufficiale.

Mail del gruppo Via Flavia: CamminoViaFlavia@gmail.com

iscrizione e home page del gruppo:<https://www.facebook.com/groups/ViaFlavia/>

Quinta tappa

Camping Primero-Grado-Aquileia-20km

...e sempre dritti in ciclabile, passando i Campeggi, verso Grado.

Poco dopo il Campeggio Punta Spin a sinistra, con una stradina si giunge su un sterrato che costeggia il mare, e lo si segue fino al centro di Grado.

Lì si trova la bella Basilica S. Maria d. Grazie, e perchè no. . . si può (se stagione giusta) fare il bagno in spiaggia.

Sul canale interno della laguna si trovano i 'vaporetto' e orari definiti (Cell. Per informazioni +39 338 3171430) che portano al Santuario sull'isola di Barbana, meta di pellegrinaggio.(possibilità del timbro -e di mangiare).Questa visita fa parte del Cammino e quindi consigliata!

Rientrati dall'isola, si esce da Grado in direzione Aquileia Cervignano, tutto in ciclabile costeggiando il mare fino a Belvedere, e su ferrovia dismessa ma ciclabile fino ad Aquileia.Qui c'è tantissimo da vedere,la basilica e fare il timbro,i resti romani,salire sul campanile,e perchè no mangiare la concha in pasticceria.

Abbiamo attraversato: Lazzaretto, Muggia, S. Barbara, Caresana, S.Dorligo della Valle, Crogole, Bagnoli della Rosandra, S. Antonio in Bosco, Trieste, Miramare, Aurisina, Sistiana, Duino, Villaggio del Pescatore, S. Giovanni in Duino, Monfalcone, Marina Julia, v Fossilon di Grado, Grado Pineta, Grado, Belvedere, Aquileia.

Isola di Barbana è collegata a **Grado** da un regolare servizio di traghetti, con partenza dal **Canale della Schiava**. Il viaggio richiede circa 20 minuti di navigazione. L'isola è inoltre dotata di un piccolo porto e può essere raggiunta anche con mezzi privati.

Isola di Barbana - Approdo

Orario partenze dei motoscafi per Barbana e Sante Messe:

Grado-Barbana andata e ritorno:
Adulti € 6,00
Bambini (dai 3 ai 12 anni) € 3,00
Bambini sotto i 3 anni gratis

Aprile-Maggio
Partenze per Barbana: ore 9.30, 10.30, 15.00, 16.00
Sante Messe: ore 10.00, 11.00, 15.30
Ritorno da Barbana: ore 11.00, 12.00, 16.30, 17.30
Per gruppi organizzati: a qualunque ora previo accordo

Giugno-Settembre
Partenze per Barbana: ore 8.30, 9.30, 10.30, 11.30, 14.00, 15.00, 16.00, 17.00
Sante Messe: ore 9.00, 10.00, 11.00, 15.30
Ritorno da Barbana: ore 10.00, 11.00, 12.00, 14.30, 15.30, 16.30, 17.30, 18.30
Per gruppi organizzati: a qualunque ora previo accordo

Ottobre
Partenze per Barbana: ore 9.30, 10.30, 15.00
Sante Messe: ore 10.00, 11.00, 15.30
Ritorno da Barbana: ore 11.00, 12.00, 16.30
Per gruppi organizzati: a qualunque ora previo accordo

Novembre-Marzo
Partenze per Barbana: tutte le domeniche ore 10.00 e 14.30
Sante messe: ore 10.30, 15.00
Ritorno da Barbana: ore 11.30, 16.00
Per gruppi organizzati: a qualunque ora previo accordo
Natale e Santo Stefano: ore 10.00, rientro in porto ore 12.00
La casa di esercizi spirituali è aperta tutto l'anno per

Sono circa 119,5 Km, con la Variante Alta sono 126,5 km.