# Anello della Val Rosandra

## La montagna in riva al mare

Escursioni: Trekking

**Difficoltà:** 6
**Dislivello:** 790D+
**Durata:** 6/7.00h
**Lunghezza percorso:** 14.6Km ca

**Data attività:** dal 29/11/2026 09:30
al 29/11/2026 15:00
**Termine iscrizioni:** 27/11/2026

**Prezzo:** 30 €

C'è un angolo di Friuli Venezia Giulia dove la montagna sembra voler incontrare il mare, dove le rocce del Carso si tuffano verso il blu dell'Adriatico e i sentieri raccontano storie di uomini, alpinisti e antichi passaggi di confine.

La nostra escursione ci porterà alla scoperta della **Val Rosandra**, un **ambiente sorprendente e ricco di contrasti (riserva naturale del FVG)**, capace di regalare prospettive inedite sul Golfo di Trieste e sul paesaggio carsico. Cammineremo lungo sentieri di roccia, attraversando macchie di vegetazione mediterranea e dorsali panoramiche, in un continuo alternarsi di scorci sul mare e angoli selvaggi dell'entroterra.
Scopriremo luoghi curiosi e testimonianze del passato, passando nei pressi del **Rifugio Premuda**, conosciuto per essere il rifugio escursionistico più basso d'Italia, per poi raggiungere la dorsale che custodisce il cippo dedicato a **Emilio Comici**, grande alpinista triestino, figura leggendaria della storia dell'alpinismo e ancora oggi profondamente legata a queste montagne.
Il cammino ci condurrà quindi verso **Botazzo**, raggiungendo la piccola chiesetta di S. Maria e il minuscolo borgo, un luogo quasi sospeso nel tempo, dove il ritmo della vita sembra ancora lontano dalla frenesia dei giorni nostri. Un piccolo mondo appartato, capace di trasmettere quella sensazione di quiete e isolamento che rende alcuni angoli di montagna davvero speciali.
Completeremo il nostro anello percorrendo i sentieri nei pressi del confine sloveno e salendo verso il **Monte Stena**, prima di rientrare nella zona di Basovizza, non lontano dalla foiba.
Un itinerario di grande varietà paesaggistica e culturale, dove la montagna cambia volto, il mare diventa un compagno di viaggio e ogni svolta del sentiero apre una nuova prospettiva.
Perché ci sono luoghi in cui il confine tra montagna e mare non è una linea sulla carta, ma un paesaggio tutto da attraversare.

**E' possibile versare la quota d'iscrizione anche al ritrovo il giorno dell'escursione tuttavia è obbligatoria la prenotazione con contatto diretto di Omar al 349-4664679.**

**Incluso nel prezzo**
- servizio guidato accompagnatore media montagna guide alpine FVG
- assicurazione R.C.
- allertamento soccorsi in caso di necessità con tecnologia satellitare

**Non incluso nel prezzo**
- trasferimenti (possibilità di passaggio dalla Carnia con la guida a 5€)
- eventuali consumazioni in convivialità
- tutto quanto non incluso alla voce "incluso nel prezzo"

Attività riservata agli adulti

**Punto di ritrovo / Sede del corso:**

Parcheggio nei pressi della biblioteca di Bagnoli della Rosandra (TS).

**Elenco materiali necessari:**
VESTIARIO
- Pantaloni da trekking
- Intimo tecnico traspirante
- Strato termico traspirante (dolcevita o maglia a maniche lunghe tipo softshell o pile)
- Giacca possibilmente antivento in “Windstopper” o piumino (in base alle temperature stagionali)
- Giacca impermeabile in “Gore-tex” o similare (solo il guscio, senza imbottitura)
- Calzetti tecnici
- Cappello parasole o berretto
- Buff leggero
- Guanti leggeri (in base alle temperature stagionali)

ATTREZZATURA TECNICA
- Zaino da giornata (cap. indicativa 30 litri)
- Scarpone leggero o scarpa tecnica (anche bassa) con suola in Vibram o similare

MATERIALI VARI
- Bastoncini telescopici da trekking
- Occhiali da sole
- Crema solare
- Borraccia e/o camelbag (capacità di 1,5 o 2 litri)
- Barrette energetiche/snack

**Prerequisiti:**

**Info e contatti guida:**
Omar Gubeila
AMM del Collegio guide alpine FVG
Tecnico Soccorso alpino 2005-2022
mail: omar.gubeila@primealps.it
cell 349-4664679