



UNIVERSITA' della TERZA ETA'  
 UNITRE  
 Università delle Tre Età  
 CORMONS  
 Via Gorizia 88 - Tel/fax 0481.61261  
 www.unitre-cormons.it segreteria@unitre-cormons.it



Luogo	Lunghezza / tempo /etc.	Ritrovo
Sentiero Rilke e Riserva Natura delle Falesie di Duino	km 7,500 – dislivello 110 metri – durata: 3h circa	Ore 8:45 presso l'Infopoint di Sistiana

Il Gruppo Passeggiate Ecologiche dell'UNITRE di Cormons organizza, per **sabato 27 gennaio 2024**, la passeggiata ecologica-culturale al **Sentiero Rilke e Riserva Natura delle Falesie di Duino**, alla quale potranno partecipare **solo i soci del Gruppo Passeggiate Ecologiche regolarmente iscritti al corrente anno accademico 2023-2024**.

La partenza (come l'arrivo) ha inizio proprio di fronte all'Infopoint di Sistiana, che si trova subito dopo aver imboccato l'incrocio che porta al porto di Sistiana.

Si percorre un primo tratto che costeggia il campeggio, mentre a sinistra si può ammirare la baia di Sistiana con il relativo porto. Dopo alcune centinaia di metri, si lascia il sentiero e ci si inoltra nel bosco formato in prevalenza dalla tipica macchia mediterranea composta prevalentemente da lecci, pini, alloro, carpino, ontano etc.

All'uscita dal bosco, dopo una breve sosta nei pressi del Castello, per visitare la chiesetta dello Spirito Santo, si prosegue fino al porticciolo di Duino, quindi, ritornando nei pressi del Collegio del Mondo Unito, si prende il sentiero Rilke che si snoda lungo la costa, sulle bianche scogliere calcaree le cui pareti scendono a picco sul mare e prendono il nome di **Falesie**.

Immerso nel Carso triestino, il sentiero Rilke è punteggiato da postazioni e osservatori militari in uso nei conflitti mondiali, ora trasformati in punti panoramici dai quali ammirare il Golfo di Trieste, il Castello e buona parte delle Falesie. Il Rilke, nonostante sia considerato un sentiero facile, purtroppo, si snoda su un terreno sassoso e impervio, tipicamente carsico, di conseguenza **è necessario portare bastoncini, indossare robusti scarponi e prestare la massima attenzione a dove si mettono i piedi**. Inoltre, si raccomanda, nei punti panoramici, di non sporgersi troppo e non appoggiarsi alla staccata in legno, posta a protezione di possibili cadute.

Ai partecipanti si chiede la massima puntualità per consentire il controllo dei presenti e **la consegna del modulo** di presa visione delle attività ludico motorie per chi non lo avesse già consegnato al momento dell'iscrizione. Si prega di portarlo compilato e firmato.

- Raccomandazioni:** **1) attenersi alle indicazioni degli accompagnatori;**  
**2) non allontanarsi dal gruppo senza aver avvisato uno degli accompagnatori; in caso contrario gli accompagnatori e l'Unitre non rispondono di eventuali conseguenze negative; inoltre, al rientro nel gruppo, è necessario avvisare l'accompagnatore, al fine di evitare inutili perdite di tempo;**  
**3) prestare la massima ATTENZIONE alle macchine lungo il percorso che porta al porto di Duino e ritorno.**

Si ricorda che "alle passeggiate ecologico-culturali" possono partecipare le persone con condizioni di salute, equipaggiamento e preparazione, adeguati alle caratteristiche del percorso. Ciascuno deve fare affidamento sulle proprie capacità, in quanto gli organizzatori curano esclusivamente il buon andamento degli aspetti "logistico-organizzativi", come da Regolamento.

Accompagnatori della passeggiata ecologica-culturale: **Attilio Liuzzo S. (3470987300), Rosanna Busatto (3408185315), Francesca Vuaran e Pietro Scaramuzza.**

L'adesione alla "passeggiata" dovrà essere inviata entro la giornata di **giovedì 25 gennaio 2024**, esclusivamente all'indirizzo email: [passeggiate.uni3@unitre-cormons.it](mailto:passeggiate.uni3@unitre-cormons.it)

**Le adesioni inviate alla segreteria Unitre non saranno prese in considerazione perché non sono a conoscenza degli organizzatori.**

L'eventuale rinvio della passeggiata sarà comunicato **entro le ore 15:00 di venerdì 26/01/2024**. In tal caso, la stessa verrà rinviata al sabato successivo.

Cordiali saluti.