

**BIKE
EXPERIENCE**

FRIULI VENEZIA GIULIA

www.turismoofvg.it



FAMILY CYCLING
IN BICI CON MAMMA E PAPÀ



BIKE EXPERIENCE



Friuli Venezia Giulia su due ruote:
Tutte le attività per scoprire le bellezze della regione in sella alla tua bici.

OUTDOOR EXPERIENCE



Friuli Venezia Giulia in movimento:
Tutte le attività per una vacanza dinamica, all'insegna dello sport e dell'avventura.

SLOW EXPERIENCE



Friuli Venezia Giulia a tutto relax:
Tutte le attività per rallentare, rilassarsi e scoprire la bellezza e il lato più "slow" della regione.



ART & CULTURE EXPERIENCE

Friuli Venezia Giulia a regola d'arte:
Tutte le attività per conoscere la regione e le sue meraviglie storiche, artistiche e culturali.



FAMILY EXPERIENCE

Friuli Venezia Giulia per la famiglia:
Tutte le attività per vivere una vacanza formata famiglia e scoprire tutto quello che la regione può offrire.

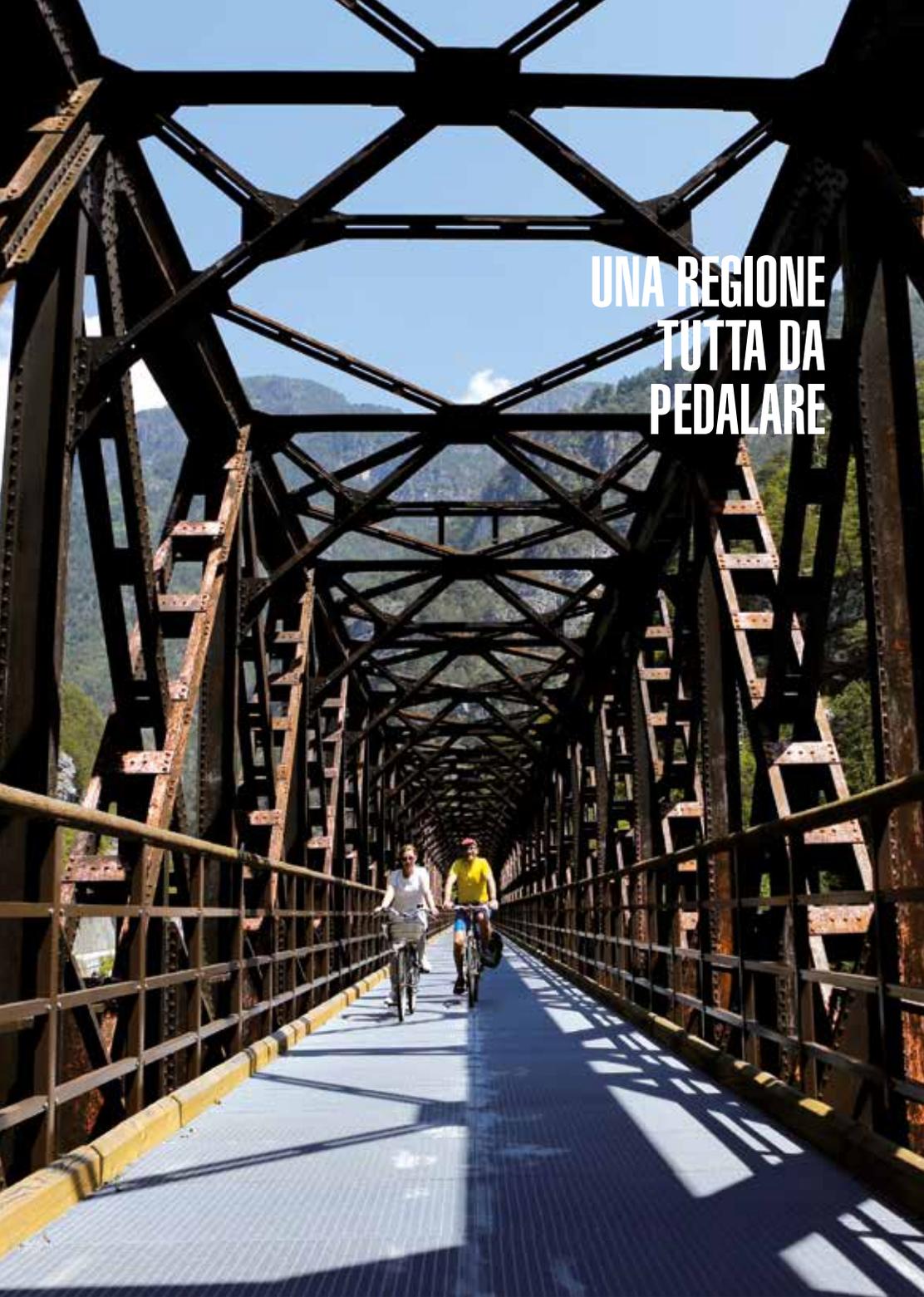


TASTE EXPERIENCE

Friuli Venezia Giulia da gustare:
Tutte le attività per assaporare le prelibatezze e i vini della regione e provare i tour enogastronomici.

INDICE

- | | | | |
|----|------------------------------------|----|-------------------------------|
| 4 | Una regione tutta da pedalare | 40 | Lignano Sabbiadoro e dintorni |
| 6 | Consigli per pedalare in sicurezza | 44 | Aquileia - Grado |
| 8 | Tarvisio - Laghi di Fusine | 48 | Grado - Punta Sdobba |
| 12 | Tarvisio - Camporosso - Ugovizza | 52 | Gorizia - Cormons |
| 16 | Tolmezzo - Zuglio - Terme di Arta | 56 | Sagrado - Pieris |
| 20 | Venezia - Cavazzo Carnico | 60 | Cormons e dintorni |
| 24 | Travesio - Meduno | 64 | Trieste - Draga S. Elia |
| 28 | Cavasso Nuovo - Maniago | 69 | Disegna, colora e pedala! |
| 32 | Cividale - Purgessimo | | |
| 36 | Codroipo e dintorni | | |



UNA REGIONE TUTTA DA PEDALARE

In Friuli Venezia Giulia ci sono itinerari di cicloturismo adatti anche alle famiglie con bambini dai 6 ai 10 anni o più piccoli, se trasportati sul seggiolino.

Si tratta di percorsi generalmente tabellati, nella maggior parte dei casi supportati dalla presenza di trasporti intermodali (Treno+Bici o Bus+Bici), o che dispongono di parcheggi nelle vicinanze dei punti di partenza e arrivo.

Inoltre non presentano particolari difficoltà, offrono la massima sicurezza possibile, hanno raramente tratti di strada aperta al traffico e si sviluppano prevalentemente su piste ciclabili, strade ad accesso limitato o strade sterrate facilmente percorribili. La loro lunghezza è proporzionata a quella che bambini di 8-10 anni possono percorrere abbastanza agevolmente (circa 20-30 km) senza stancarsi troppo. Con i più piccoli si possono eventualmente affrontare parti dei percorsi segnalati, con lunghezza complessiva non superiore a 10-15 km.

Infine, tutti gli itinerari suggeriti attraversano paesaggi, località e zone ambientali che rendono la gita in bicicletta ancora più piacevole e divertente per tutta la famiglia. In questo modo avrete la possibilità di esplorare le bellezze del Friuli Venezia Giulia pedalando tutti insieme all'aria aperta: luoghi ricchi di storia, natura incontaminata ed arte da scoprire fermandosi anche ad assaggiare i sapori tipici di un territorio unico.

Cosa aspettate ad allacciare i caschetti?



CONSIGLI PER PEDALARE IN SICUREZZA

- Indossare sempre caschetto omologato, pettorina, bretelle rifrangenti e/o abiti sgargianti, soprattutto di notte; eventuali altre protezioni come ginocchiere e guanti.
- Dotare la bicicletta di kit per manutenzione.
- Tenere le luci sempre accese e in condizioni di efficienza, sia avanti che sul retro del mezzo.
- Assicurare i bambini negli appositi sellini omologati.
- Togliere gli occhiali da sole nelle gallerie.
- Segnalare con le braccia l'intenzione di svoltare a destra/sinistra o di spostarsi al centro della carreggiata.
- Controllare di frequente freni e ruote.
- Rispettare il Codice della Strada.



TARVISIO LAGHI DI FUSINE



Tarvisio è il punto di partenza per numerosi percorsi cicloturistici adatti alle famiglie con bambini e ragazzi. La pluripremiata Ciclovia Alpe Adria Radweg permette di raggiungere le località vicine alla cittadina con poca fatica e in gran sicurezza, rimanendo lontani dal traffico automobilistico e sempre in compagnia di tanti altri appassionati delle due ruote. L'itinerario da Tarvisio al valico di Fusine si sviluppa lungo la dismessa ferrovia che conduceva a Jesenice in Slovenia, riconvertita a pista ciclabile. È un percorso

ideale per una scampagnata nella natura alpina, ombreggiata, in leggerissima pendenza superabile da chiunque (2% o meno); conduce nella valle boscosa del Rio Bianco fino agli ampi prati ed ai pascoli di Fusine, dove si può sostare per godere del panorama delle Alpi Giulie. Proseguendo su un altro percorso ciclabile che dal valico conduce verso i Laghi di Fusine, si raggiunge il biotopo della Torbiera di Scichizza, ricco di sorgenti e di rara flora montana, visitabile attraverso percorsi interni.

Si rientra al punto di partenza lungo l'itinerario già percorso.

Si suggerisce la percorrenza di questo itinerario nel periodo tra aprile e novembre poiché nel periodo invernale è probabile che sia inaccessibile a causa della neve e del ghiaccio.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P** Ex stazione di Tarvisio Città (centro), altitudine 743 mslm;
- A** Valico di Fusine, ristorante "Kantina", altitudine 849 mslm



Info percorso:

Lunghezza totale 19,5 km fino a Fusine; se si prosegue fino alla Torbiera calcolare 3 km ulteriori a/r

Dislivello totale in salita: 154 m

Tempo di percorrenza: 2 ore e mezzo circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso:

Stazione FS di Tarvisio Boscoverde, ubicata lungo il percorso a 2 km dalla ex stazione Tarvisio città.

Parcheggi: a Tarvisio in centro, molto prossimi al punto di partenza; a Fusine presso area camper.

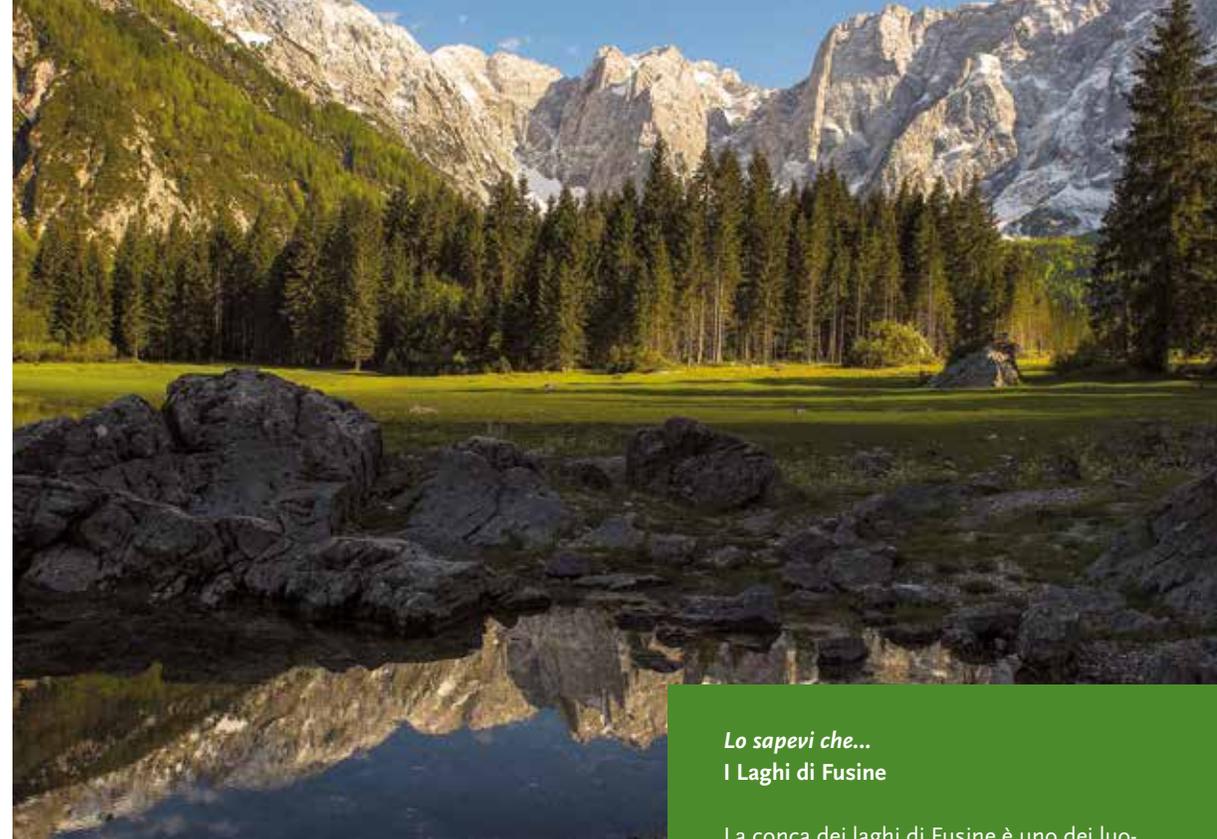
Tipo di percorso: 95% ciclopista; 5% strada secondaria a basso traffico; completamente asfaltato.

Segnaletica: segnali su sfondo marrone con sigla FVG1 e FVG 1a, fino al valico di Fusine.

Tratto per la Torbiera di Scichizza segnalato con cartelli marrone, direzione Laghi di Fusine.

Punti ove prestare attenzione:

- a) 1,6 km dalla partenza: l'incrocio tra le ciclovie per l'Austria e per la Slovenia, ubicato vicino la ex Stazione Tarvisio Centrale; svoltare a destra in direzione Slovenia, segnali sul posto.
- b) 2 km dalla partenza: la ciclovista percorre strada aperta al traffico (traffico molto basso) per circa 500 metri; poi prosegue su corsie ciclabili laterali.
- c) 3 km dalla partenza: attraversamento stradale segnalato su via Bamberga per inserirsi nuovamente nella ciclovista.
- d) 9,7 km dalla partenza: a Fusine, dopo il parcheggio per camper, girare a sinistra e raggiungere il ristorante "Kantina", visibile dalla ciclopista.



Lo sapevi che... I Laghi di Fusine

La conca dei laghi di Fusine è uno dei luoghi più affascinanti della regione.

I laghi di origine glaciale, collegati tra loro da facili sentieri, sono ben inseriti all'interno di un fitto bosco di abete rosso e posti alla base della catena montuosa del Gruppo del monte Mangart.

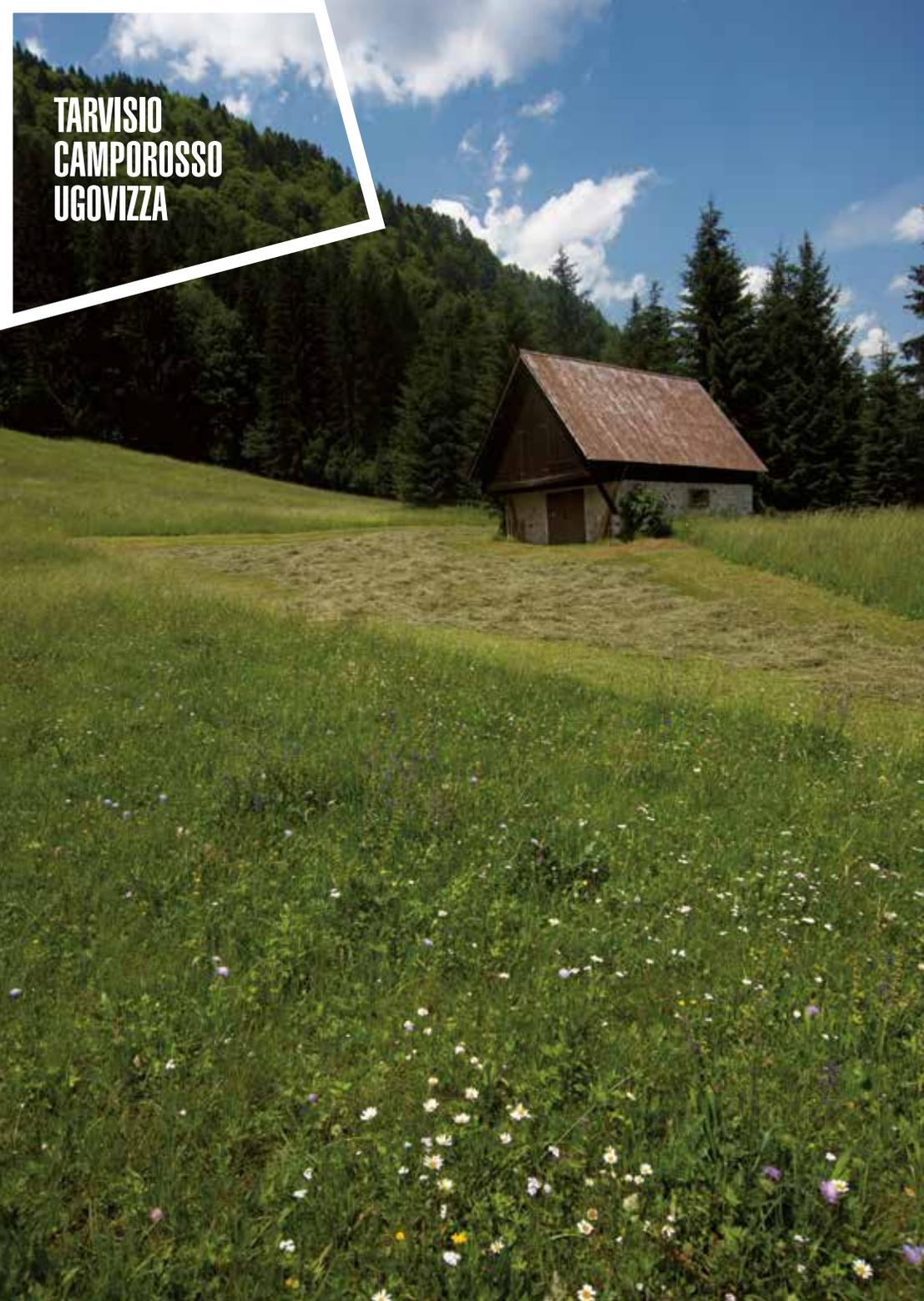
Quest'area naturale ampia circa 50 ettari, è caratterizzata dalla presenza di boschi e prati; tra i due laghi si trovano due grandi massi trasportati durante i movimenti glaciali, e ai quali sono stati assegnati i nomi di Marinelli e Pirona, due studiosi friulani. Nei boschi circostanti si possono incontrare moltissimi animali tra cui cervi, camosci, lepri, caprioli, scoiattoli, volpi e donnole, mentre la fauna acquatica è composta prevalentemente da trote e da salmerini.

Ci sono inoltre l'aquila reale e, più raro, il gallo cedrone.

Proseguire ancora a sinistra su strada asfaltata costeggiante un canaletto: la strada conduce alla Torbiera di Scichizza, segnaletica marrone "laghi di Fusine".

- e) Una variante al rientro: continuando sulla stradina che va alla torbiera, raggiungere la viabilità che porta i Laghi. All'incrocio svoltare a destra e percorrere la discesa per circa 700 metri (strada un po' trafficata). Appena passati sotto il ponte della ciclabile, subito a sinistra (non segnalata) c'è una stradina sterrata in salita che conduce, dopo 150 metri, ad un apposito varco nelle protezioni laterali della ciclopista

TARVISIO
CAMPOROSSO
UGOVIZZA



Il tratto della Ciclovía Alpe Adria Radweg tra Tarvisio e la ex stazione di Ugovizza è molto panoramico, contraddistinto da alcuni punti di attrazione ai quali si può accedere direttamente dalla ciclopista. A Camporosso si passa davanti alla stazione della funivia che porta al monte Lussari; dalla ex stazione ferroviaria di Valbruna si può deviare per la strada che porta all'omonimo paesino montano e all'incantevole Val Saisera; a Ugovizza potete fermarvi per una pausa alla ex stazione ferroviaria che oggi ospita un punto di ristoro per cicloturisti con bar, servizi, aree verdi e giochi per i bambini.

Questa ciclovía è stata realizzata quasi interamente sul tracciato della vecchia ferrovia Pontebbana: le pendenze sono molto leggere e il tratto tra Camporosso e Tarvisio è adatto anche ai più piccoli per imparare a pedalare e a condurre la bicicletta.

La Ciclovía Alpe Adria ha vinto il premio come miglior pista ciclabile dell'anno alla fiera "Fiets en Wandelbeurs" di Amsterdam nel 2015 e come miglior percorso ciclabile d'Italia alla fiera Cosmo-bike di Verona nel 2016. Percorrerla è davvero un'esperienza emozionante.

Si rientra al punto di partenza lungo il tracciato già percorso. Si può percorrere questo itinerario da aprile a novembre (in inverno può essere inaccessibile a causa di ghiaccio o neve).



Lo sapevi che...
Il Monte Lussari

Il Monte Lussari è un luogo di incomparabile bellezza dalla cui vetta è possibile ammirare una stupenda cornice di cime maestose. Oltre ad essere luogo d'interesse naturalistico esso ospita l'omonimo Santuario, meta di pellegrinaggi da parte di numerosi fedeli provenienti da Italia, Austria e Slovenia. Secondo un'antica leggenda nell'anno 1360 accadde che un pastore di Camporosso smarì le sue pecore sul monte Lussari e le ritrovò poco dopo inginocchiate attorno ad un cespuglio di pino mugo. Con grande meraviglia egli si accorse che al centro del cespuglio si trovava la statuetta di una Madonna con Bambino, così la prese e la portò a valle per consegnarla al parroco di Camporosso. La mattina seguente la statua venne trovata nuovamente attorniata dalle pecore inginocchiate in cima al monte e questo episodio si ripeté poi ancora una volta.

A quel punto il parroco decise di informare di quanto accaduto il Patriarca di Aquileia che ordinò la costruzione di una cappella sul luogo del ritrovamento. Della cappella originaria non vi sono più tracce; l'edificio attuale è il risultato di ricostruzioni e ampliamenti di un edificio del XVI secolo. Il santuario è raggiungibile a piedi, attraverso il suggestivo Sentiero del Pellegrino che si snoda tra i boschi della foresta di Tarvisio, oppure con la telecabina che parte da Camporosso.



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 18 km A/R
Dislivello totale in salita: 120 m
Tempo di percorrenza: 2 ore circa, escluse soste
Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Tarvisio Boscoverde, ubicata a 2 km dalla ex stazione Tarvisio città e collegata con la ciclopiasta; Stazione FS di Ugovizza Valbruna, lungo il percorso a 2 km da Ugovizza.
Parcheggi: a Tarvisio in centro, molto prossimi al punto di partenza; a Ugovizza, presso la vecchia stazione.
Tipo di percorso: 100% pista ciclabile completamente asfaltata.
Segnaletica: segnali su sfondo marrone con sigla FVG 1

Punti di partenza e/o arrivo:

- P** Ex stazione di Tarvisio Città (centro), altitudine 743 mslm
- A** Ex stazione di Ugovizza, altitudine 769 mslm

Punti ove prestare attenzione:

- a) 4 km da Tarvisio: Camporosso, prestare attenzione gli attraversamenti stradali e soprattutto alle ripide rampette della struttura lignea del conta passaggi.

TOLMEZZO
ZUGLIO
TERME DI ARTA



Tolmezzo è punto di partenza di alcuni itinerari cicloturistici protetti che possono essere percorsi anche dai ragazzi di 8-10 anni con i loro genitori. Il più noto e completo fra questi è il percorso ciclabile che congiunge il capoluogo storico della Carnia a Zuglio e a Arta Terme. È realizzato in parte sugli argini o sulle sponde del torrente But e si snoda vicino al corso d'acqua per buona parte del suo percorso. Una bella ciclopista, per gran parte asfaltata, collega Tolmezzo a Zuglio, mentre tra quest'ultima località e Arta Terme ci sono 2 km di strada sterrata arginale. L'itinerario presenta qualche piccola salita qua e là, ma per quasi tutto il suo sviluppo procede regolarmente, su leggero falsopiano affrontabile da chiunque.

La principale peculiarità dell'itinerario sono i panorami sulle montagne della Carnia che mano a mano si possono osservare proseguendo verso Zuglio e Arta Terme, ma in quest'area vi sono anche luoghi di interesse storico-culturale e di benessere. A Tolmezzo potete visitare il settecentesco duomo di San Martino e il prezioso Museo Carnico delle Arti e Tradizioni popolari "Michele Gortani" che racconta la vita e i costumi delle vallate alpine nel tempo passato. Nelle vicinanze Palazzo Frisacco ospita tutto l'anno diverse esposizioni d'arte e mostre sulle tradizioni locali. Zuglio è una località di indiscusso valore archeologico: gli scavi hanno portato alla luce tra il 1937 e il 1938, l'intero complesso archeologico, costituito

dai resti del foro romano comprendenti una basilica, un tempio e un porticato. Inoltre molti reperti, preromani, romani e alto medioevali sono esposti nel Civico Museo Archeologico Iulium Carnicum che è situato nel Palazzo Tommasi Leschiutta a breve distanza dal Foro. Infine vi sono le Terme di Arta, luogo di relax e di svago con ampi spazi verdi, aree di sosta e di ricreazione e punti di ristorazione. Si rientra al punto di partenza lungo l'itinerario già percorso. Si consiglia la percorrenza di questo itinerario da aprile a novembre in quanto durante la stagione invernale potrebbe essere inaccessibile a causa della neve o del ghiaccio.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P **Tolmezzo**, parcheggio di via Ponte Vecchio, altitudine 325 mslm;
- A **Zuglio**, Museo Archeologico, altitudine 411 mslm; **Terme di Arta**, 440 mslm



Info percorso a/r:

Lunghezza totale: 16 km (a/r) fino a Zuglio;
20 km (a/r) fino alle Terme di Arta;
Dislivello totale in salita: 170 m
Tempo di percorrenza: 3-4 ore circa, escluse soste
Punti di intermodalità lungo il percorso: nessuno.
Parcheggi: a Tolmezzo in via Ponte Vecchio o altri punti della città; presso la galleria di Casanova; a Zuglio in piazza vicino al Museo; ampio parcheggio alle Terme di Arta.
Tipo di percorso: 65% ciclopista asfaltata; 35% sterrato.
Segnaletica: solo la segnaletica prevista dal Codice della Strada (cartelli blu con disegno della bicicletta)

Punti ove prestare attenzione:

- a) 0,6 km dalla partenza: Ponte di Caneva, prestare molta attenzione al traffico nell'attraversamento SP21 per raggiungere la ciclopista su passerella di legno;
- b) 1 km dalla partenza: Galleria Clapuz, la ciclopista prosegue in salita sulla vecchia strada chiusa al traffico che passa sotto la Pieve di S.ta Maria Oltre But.
- c) 8,5 km dalla partenza: guado del Rio Bueda. Non attraversare se c'è presenza d'acqua. Limitare l'escursione a Zuglio.



Lo sapevi che...
La Carnia

Abitata da millenni da un popolo che non ha mai perso la sua fierezza, la Carnia conserva tra le sue montagne un patrimonio culturale e religioso peculiare, rappresentato da resti archeologici romani e tipici borghi rurali, piccole pievi e riti celtici.

Dai tracciati più dolci delle colline, alle vette maestose del Parco naturale delle Dolomiti Friulane, il piacere della scoperta non trova mai fine, tra cascate, canyon e laghi d'alta quota. Trekking, equitazione, sport estremi e tutte le discipline di sport invernali consentono di vivere la natura allo stato puro, mentre architettura spontanea e piccole botteghe artigiane lasciano intuire il rispettoso equilibrio che nel tempo, la popolazione ha stabilito con la natura. Le occasioni di visita qui sono tante e si possono facilmente combinare per costruire una vacanza perfetta: storia, arte, tradizioni e una gastronomia semplice, eppure ricchissima di sapori, sono gli ingredienti fondamentali che si accompagnano a ospitalità e servizi. E se durante una passeggiata in mezzo alla natura doveste notare uno strano movimento tra le foglie, non riconducibile al passaggio di qualche animale, state tranquilli: si tratta certamente di qualche "sbilf", ovvero di uno dei folletti che abitano questa splendida terra. Essi si nascondono, nelle vecchie case, nei fienili, tra i colori dei boschi o si mimetizzano perfettamente con il terreno. Sono inafferrabili e intelligenti, bizzarri e stravaganti, amichevoli o scontroso, placidi o aggressivi, ma sempre giocherelloni. Di solito sono invisibili, ma possono farsi vedere dai bambini o da qualche persona pura di cuore; se hanno quindi deciso di mostrarsi a voi significa che appartenete ad una di questa categorie e siete molto fortunati!

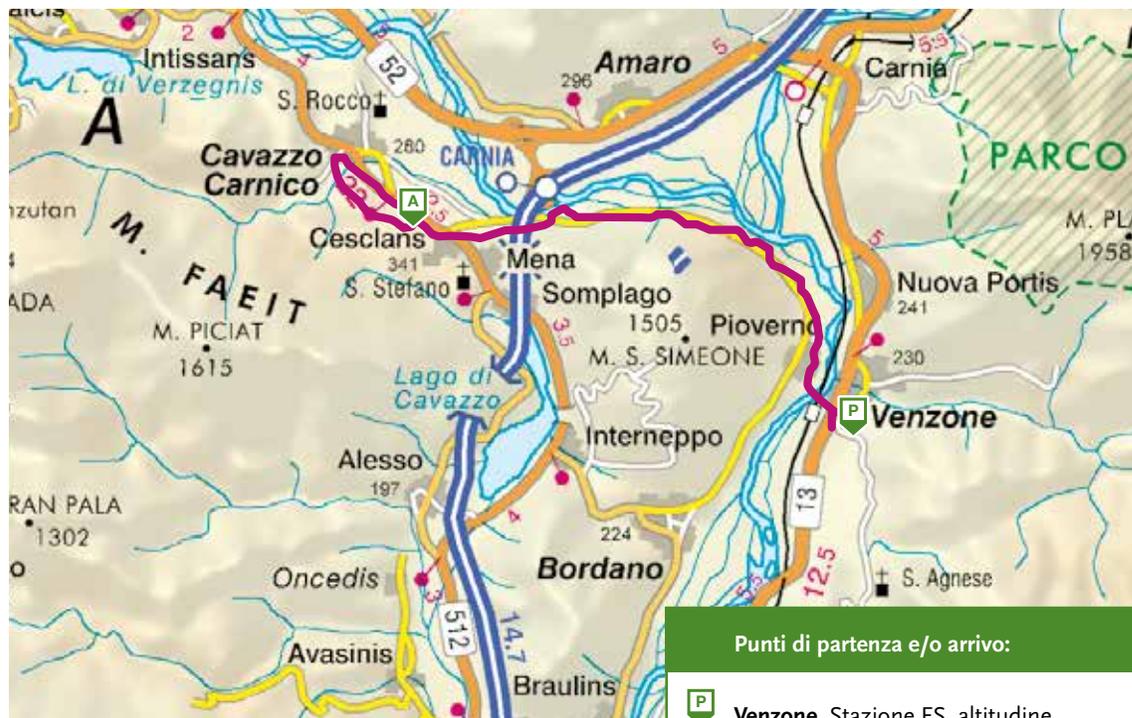
VENZONE CAVAZZO CARNICO



Nel cuore delle Prealpi Carniche, un itinerario ciclabile corre tutt'attorno al Monte San Simeone, luogo che viene considerato la casa dell'"orcolat", il terribile mostro delle fiabe friulane che quando si muove... provoca i terremoti! L'itinerario, molto piacevole e ben ombreggiato, si svolge sulla sponda destra del Fiume Tagliamento, che si intravede spesso tra le fronde degli alberi che sono cresciuti sulle sue rive. È pianeggiante e tutto asfaltato fino quasi a Cavazzo Carnico: l'ultimo tratto di percorso è caratterizzato dalla presenza di un fondo sterrato di buona qualità e quindi facilmente percorribile. Il punto di partenza è la stazione ferroviaria di Venzone, che si trova un po' fuori dal centro.

Il suggerimento è però di fare una piccola deviazione, prestando molta attenzione durante l'attraversamento della strada statale, per visitare lo splendido borgo medievale interamente ricostruito dopo il terremoto del 1976. Venzone è un luogo ricco di storia e cultura: dalle imponenti mura medievali, ai numerosi monumenti storici come il Duomo di Sant'Andrea, dall'antica Cappella di San Michele, dimora delle storiche mummie, al Municipio, splendido esempio di palazzo gotico-veneziano. Molti sono i punti di interesse di questa splendida cittadina che vi stupirà per il suo fascino misterioso. Giunti a Cavazzo Carnico, potete visitare il centro del paese dove si trova la settecen-

tesca chiesa di San Daniele (che conserva al suo interno una pala del Tintoretto raffigurante la Natività della Vergine ed una tela di Francesco Bassano con la Fuga in Egitto) e poi fare una pausa, prima del rientro, sulle sponde dell'omonimo lago, che con le sue piccole e tranquille spiagge offre un meraviglioso panorama sulle Prealpi Carniche. Si ritorna al punto di partenza attraverso lo stesso percorso dell'andata. L'itinerario indicativamente è percorribile tutto l'anno, ma durante la stagione più fredda è possibile trovare un po' di ghiaccio o neve.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P **Venzone**, Stazione FS, altitudine 231 mslm
- A **Cavazzo Carnico**, Piazza dei Caduti, altitudine 283 mslm



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 22 km

Dislivello totale in salita: 70 m

Tempo di percorrenza: 2 ore e mezza circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: lungo il percorso: Stazione FS di Venzone

Parcheggi: Venzone, presso stazione o presso il forte veneziano; Cavazzo Carnico, Piazza dei Caduti

Tipo di percorso: 9% strada sterrata, 91% strade urbane e extraurbane a traffico riservato o quasi nullo.

Segnaletica: itinerario non segnalato

Punti ove prestare attenzione:

- a) a 0,7 km dal punto di partenza di Venzone: superato il ponte sul Tagliamento ed entrati a Pioverno, per immettersi sul giusto itinerario seguire sempre le indicazioni stradali per Cavazzo Carnico. Si attraversa il paese e, dopo una breve salita, si sbucca sulla strada e si gira a destra.
- b) a 9,2 km dal punto di partenza di Venzone: dopo poco più di 1 km dal viadotto dell'autostrada, la pista ciclabile incontra a destra lo sterrato che conduce a Cavazzo Carnico. Su questo percorso però si deve oltrepassare il breve guado del torrente Faeit, che normalmente è in asciutta.

Lo sapevi che...

La Zucca D'Oro di Venzone

Un'antica leggenda narra che la nobile comunità di Venzone, dopo d'aver realizzato le possenti mura, i bellissimi palazzi e il Duomo del paese, si trovò sprovvista del denaro necessario per terminare il campanile.

Il Consiglio allora decretò provvedimenti straordinari che, aumentando i pedaggi sulle merci e le offerte dei viandanti che transitavano per la città, permisero di raccogliere la cifra necessaria ad ultimare anche la guglia del Duomo che fu ricoperta tutta di rame.

Per apporre il tocco finale fu chiamato un maestro di Udine che coronò l'opera con una splendida palla dorata sormontata da una croce. Quando però l'artista si presentò al Consiglio per ricevere la ricompensa del suo lavoro, gli venne detto che a causa delle scarse risorse

economiche della città, non avrebbe ricevuto tutto il suo compenso ma solo un terzo della somma pattuita.

Il maestro non disse nulla ma decise di prendersi una rivincita e così durante la notte salì sull'impalcatura del campanile, che era ancora montata, e sostituì la palla d'oro lucente con una zucca così ben dipinta che nessuno si sarebbe accorto della sostituzione.

Il giorno dopo tolse l'impalcatura, salutò il Consiglio e partì in tutta fretta mentre gli abitanti di Venzone si preparavano alla festa di inaugurazione. Dopo qualche tempo però si resero conto che qualcosa non andava: la palla stava assumendo strani colori e forme finché un giorno la videro cadere giù e andare in frantumi spappolandosi al suolo con loro sommo disappunto. La zucca è uno dei simboli di Venzone, che ogni anno ospita l'omonima festa per celebrarla.

Si consiglia di superarlo comunque con la bici a mano. Qualora ci fosse acqua nel torrente, non oltrepassare il guado! Ritornare indietro al bivio e riprendere la ciclopista, continuando avanti fino a raggiungere la SR 512 dopo soli 250 m. Svoltare a destra e continuare per 1,2 km (scarso traffico) fino al primo bivio a destra che permette l'ingresso a Cavazzo Carnico. Svoltare e proseguire sulla strada principale fino a raggiungere il ponte sul t. Faeit; appena superato, siete arrivati al punto finale dell'itinerario. Analoga variante va percorsa per chi parte da Cavazzo.



TRAVESIO MEDUNO



Questa zona del Friuli occidentale, percorsa dalla Ciclovia pedemontana e del Collio offre ad adulti e ragazzi una rilassante immersione nella vita quotidiana dei borghi tipici di quest'area. Le case ordinate con i giardini fioriti, un ambiente verdeggianti e silenzioso, i campi variamente coltivati e inframezzati da piccoli boschetti, la presenza di alcune fattorie con gli animali al pascolo, ville storiche e antichi castelli... questo e altro rendono la pedalata veramente gradevole! L'itinerario si svolge quasi interamente su strade secondarie a traffico limitato ai mezzi agricoli

e agli autorizzati, oppure su strade a traffico molto basso. Essendoci qualche breve salita e alcuni tratti in falsopiano, è adatto a ragazzi dagli 8 anni in su, che abbiano già una certa dimestichezza con la bicicletta e un po' di forza nelle gambe. Si consiglia di percorrere questo itinerario durante la primavera e l'estate, grazie anche alla presenza lungo la strada di numerose fontanelle e di punti di sosta.

Il punto di partenza dell'itinerario è la chiesa di San Pietro che è la più antica di Travesio e che al suo interno custodisce pregevoli affreschi del Pordenone che

ritraggono storie della vita di San Pietro ed altre storie tratte dal Vecchio e dal Nuovo Testamento. A Meduno l'arrivo è previsto in piazza della Chiesa che si trova ad un paio di chilometri di distanza dalla stazione ferroviaria. Si rientra al punto di partenza lungo l'itinerario già percorso. Percorribile tutto l'anno.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P Travesio, chiesa parrocchiale di S. Pietro, altitudine 217 mslm
- A Meduno, Piazza della Chiesa, altitudine 310 mslm



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 19,5 km A/R

Dislivello totale in salita: 148 m

Tempo di percorrenza: 2 ore e mezza circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Travesio, a 600 metri dal punto di partenza; stazione FS di Meduno, loc. Ciago, a 2,5 km dal punto di arrivo. Il servizio ferroviario lungo la linea Sacile - Gemona, al momento della pubblicazione di questa guida è in fase di riattivazione e sarà operativo dalla primavera del 2018 con treni che trasporteranno numerose biciclette.

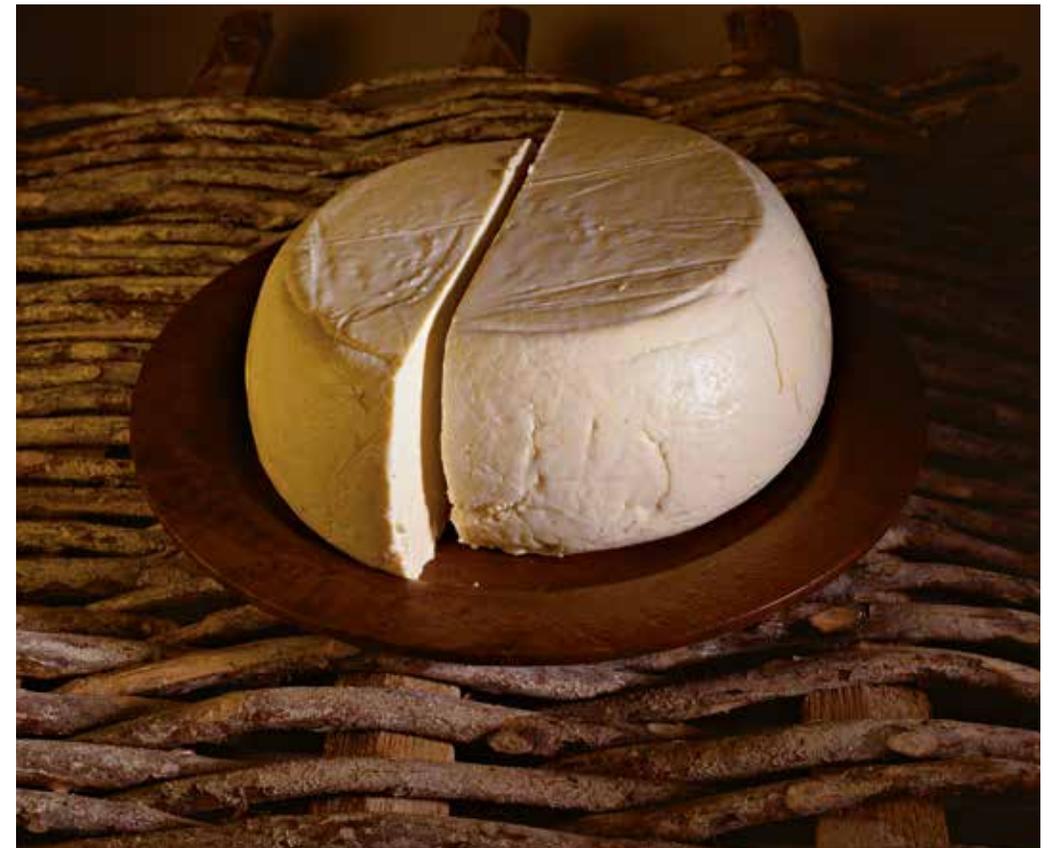
Parcheggi: Travesio davanti e a fianco della Chiesa parrocchiale;

Tipo di percorso: 100% strada secondaria a basso traffico o ad accesso limitato; completamente asfaltato.

Segnaletica: segnali su sfondo marrone con sigla FVG 3

Punti ove prestare attenzione:

- a) immediatamente dopo la chiesa di Travesio imboccare la stradina a sinistra, non proseguire in discesa. Incrocio segnalato.
- b) a 8,1 km dal punto di partenza di Travesio: la ciclovia Pedemontana non entra nel centro di Meduno. Abbandonare il percorso segnalato all'incrocio con Via Monteli, proseguendo invece dritto lungo la via Aguar. All'incrocio con la SR552, proseguire ancora dritto per via Magnani in leggera salita, fino alla Piazza della Chiesa.



Lo sapevi che... Il formaggio Asino

Travesio si trova proprio alle porte della Val d'Arzino, luogo d'origine del formaggio Asino (Formadi Asin). Prodotto da più di un secolo, questo formaggio si può trovare in due differenti tipologie che sono l'Asino classico e quello morbido. Il classico è caratterizzato da una pasta compatta di colore biancastro mentre il morbido presenta una pasta cremosa, spalmabile, di colore bianco latte. In entrambi i casi, le forme vengono immerse in una particolare miscela, chiamata "salmuerie", contenuta in speciali tini di legno e composta da latte, panna d'affioramento e sale.

La differenza tra le due tipologie di formaggio sta nel tempo di stagionatura che per la versione classica è di 2-6 mesi mentre per quella morbida è di 20 giorni.

Nella cucina locale è tradizione spalmare il formaggio Asino morbido su crostoni di pane tostato o accompagnato con fettine di polenta abbrustolita.

L'Asino classico è ottimo da degustare abbinato a carni o verdure grigliate.

CAVASSO NUOVO MANIAGO



Anche questo itinerario è parte della Ciclovia Pedemontana e del Collio: si tratta di una pista ciclopedonale separata e protetta, che costeggia la strada provinciale che passa tra i paesi di Cavasso Nuovo, Fanna, Fratta e Maniago. È percorsa quotidianamente da persone a piedi e in bicicletta, che la utilizzano soprattutto per fare sport o passeggiate. Questa frequentazione è dovuta alle particolari caratteristiche di gran parte della pista:

ben riconoscibile, pianeggiante ma con qualche piccolissimo saliscendi che la rende più movimentata, abbastanza larga e inserita in un contesto paesaggistico e naturale molto gradevole. Ottima scelta per le famiglie che vogliono fare una pedalata rigeneratrice in sicurezza. Il punto di partenza di questo itinerario è Piazza Plebiscito di Cavasso Nuovo, davanti al Municipio. Il punto di arrivo è la stazione dei treni di Maniago, che si

trova nelle immediate vicinanze del Museo dell'Arte Fabbriale e delle Coltellerie, e a breve distanza dal centro cittadino, dove è possibile visitare quattrocentesco Duomo in stile tardo gotico friulano e il Palazzo D'Attimis Maniago. Si rientra al punto di partenza per il medesimo percorso. Percorribile tutto l'anno.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P** Cavasso Nuovo, piazza Plebiscito, davanti al Palazzat (Municipio), altitudine 280 mslm
- A** Maniago, stazione FS e autocorriere, altitudine 277 mslm



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 15 km A/R

Dislivello totale in salita: 85 m

Tempo di percorrenza: 2 ore circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Cavasso Nuovo, a 900 metri dal punto di partenza; stazione FS di Maniago. Il servizio ferroviario lungo la linea Sacile - Gemona, al momento della pubblicazione di questa guida è in fase di riattivazione e sarà operativo dalla primavera del 2018 con treni che trasporteranno numerose biciclette.

Parcheggi: Cavasso Nuovo: Piazza Plebiscito e stazione FS; Maniago: presso Stazione FS e auto-stazione pullman, in centro svariati parcheggi

Tipo di percorso: 62% ciclopista; 27% strada secondaria a basso traffico; 1% su strada trafficata. Completamente asfaltato.

Segnaletica: segnali su sfondo marrone con sigla FVG 3

Punti ove prestare attenzione:

- a) a 400 m dal punto di partenza di Cavasso: incrocio con SP 2. Attraversare l'incrocio totalmente sulle strisce pedonali e poi prendere a destra la stradina parallela alla provinciale che porta alla stazione. Incrocio segnalato.
- b) a 5 km da dal punto di partenza di Cavasso: l'itinerario lascia la ciclovia Pedemontana FVG3 in loc. Fratta, alla fine della pista ciclabile, prima della rotonda sulla SR464. Per evitare un tratto di 1 km molto trafficato fino alla stazione ferroviaria di Maniago, si devia all'uscita dalla ciclo-pista su un percorso alternativo, non segnalato, che conduce alla stazione per strade molto meno trafficate. È possibile anche utilizzare un parcheggio prossimo al ponte sul t. Colvera, all'inizio di via Battiferri, per accorciare tutto il percorso interno a Maniago.



Lo sapevi che...
La città di Maniago

Maniago è famosa in tutto il mondo per la produzione di coltelli e di ogni genere di arnesi da taglio. L'inizio della storia dei fabbri maniaghesi si può datare 1453, quando Nicolò di Maniago ottenne dal Magistrato delle Acque di Venezia il permesso di incanalare in una roggia l'acqua del torrente Còlvera.

Lungo la stessa roggia vennero costruiti diversi battiferri, all'interno dei quali si iniziarono a produrre, oltre agli strumenti per l'agricoltura, anche spade e armi d'asta per la Repubblica di Venezia.

Da allora Maniago ha dato i natali a centinaia di fabbri e coltellinai e oggi è sede del Distretto delle coltellerie, formato da nove comuni del mandamento, che impiega circa mille addetti nel solo ciclo produttivo degli articoli da taglio e si qualifica come secondo polo industriale della provincia di Pordenone.

CIVIDALE PURGESSIMO



Questo breve ma pittoresco itinerario che si snoda lungo le sponde del fiume Natisone, è ideale per le famiglie che desiderano fare una pedalata in mezzo alla natura. Punto di partenza del percorso è Cividale del Friuli, città che fu la sede del primo ducato longobardo in Italia e la cui storia ha lasciato meravigliosi tesori da visitare. Uno di questi è il Tempietto Longobardo, straordinaria testimonianza dell'architettura alto-medioevale, e caratterizzato da affreschi realizzati da maestranze bizantine, e da

decorazioni a stucco. Vi sono poi l'altare fatto costruire dal duca Ratchis e il battistero del patriarca Callisto, custoditi nel prezioso Museo Cristiano del Duomo, mentre il Museo Archeologico Nazionale espone i corredi delle necropoli longobarde cividalesi. La città è stata dichiarata nel 2011 patrimonio dell'UNESCO. Dopo aver attraversato il centro storico della città, ci si inoltra su una bella strada sterrata chiusa al traffico che è raggiungibile percorrendo Via del Paradiso, e che costeggia il fiume dall'alto

offrendo scorci panoramici di notevole bellezza.

Questo percorso è inserito nella ciclovía che da Udine porta al valico italo-sloveno di Stupizza, è pianeggiante ed è adatto ad introdurre i bambini all'uso della Mountain-bike in sicurezza e senza particolari difficoltà. Si rientra al punto di partenza per il medesimo percorso.

Percorribile tutto l'anno.



Lo sapevi che...
La Gubana

La gubana è un tipico dolce di Cividale del Friuli e delle Valli del Natisone, che si prepara in occasione delle feste più importanti. Si compone di una base di pasta dolce lievitata, con un ripieno di noci, uvetta, pinoli, zucchero, grappa, scorza grattugiata di limone, dalla forma a chiocciola del diametro di circa 20 cm, cotto al forno.

Esistono numerose ricette, tutte gelosamente custodite, che variano da famiglia a famiglia e da paese a paese e che caratterizzano l'intimo legame tra la Gubana e il suo territorio.

La lunga storia di questo dolce tipico è testimoniata dal fatto che esso, nel lontano 1409, compare tra le 72 vivande servite in onore del Papa Gregorio XII.

Oggi è possibile assaggiare la Gubana tradizionale presso numerosi produttori artigianali collocati a Cividale del Friuli e in tutta l'area delle Valli del Natisone.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P** Stazione FUC di Cividale del Friuli, altitudine 132 mslm
- A** Purgessimo, p.zzle davanti alla Chiesa parrocchiale, altitudine 160 mslm

Info percorso a/r:

Lunghezza totale 10,5 km A/R

Dislivello totale in salita: 35 m

Tempo di percorrenza: 1 ora e mezza circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FUC di Cividale del Friuli, al punto di partenza

Parcheggi: a Cividale, presso la stazione ferroviaria; lungo il percorso in P.za Resistenza e presso l'ospedale cittadino.

Tipo di percorso: 29% strade urbane mediamente trafficate, 5% di piste ciclabili cittadine, 8% strade extraurbane con traffico bassissimo; 58% sterrato di buona qualità

Segnaletica: segnali con logo del Progetto europeo "Bimobis"; in sovrapposizione ci sono i segnali dell'Alpe Adria Trail

Punti ove prestare attenzione:

- a) nel centro cittadino di Cividale, prestare attenzione agli incroci e lungo le strade.
- b) a 1,2 km dal punto di partenza di Cividale: la segnaletica del progetto Bimobis inizia fuori dalla porta sud della città, 250 metri dopo il ponte del Diavolo sul fiume Natisone. È una segnaletica monodirezionale, verso S. Pietro al Natisone; rari i segnali nel senso opposto.
- c) a 2,1 km dal punto di partenza di Cividale: in un avvallamento, lo sterrato si è deteriorato causa ruscellamento. Prestare attenzione.
- d) a 4,9 km dal punto di partenza di Cividale: alla fine dello sterrato, c'è l'incrocio con la SP19. Per Purgessimo proseguire dritto, seguendo le indicazioni stradali.



Se vi piace pedalare sulle strade sterrate tra campi, vigneti e boschetti, questo itinerario fa proprio al caso vostro! A sud di Codroipo, tra Villa Manin e Cammino al Tagliamento, c'è un vasto reticolo di strade campestri che collegano piccoli paesi di lunga tradizione agricola. Passando vicino al lussureggiante Parco delle Risorgive di Codroipo, il cui ingresso è vietato alle bici ma che può essere visitato a piedi, si possono vedere gli antichi mulini ancora funzionanti lungo il fiume Stella, e le famose Ville Manin e Kechler, rimanendo quasi sempre su sterrati o piste ciclabili.

L'itinerario è circolare, totalmente pianeggiante ed è preferibile percorrerlo con la City-bike o la Mountain-bike. Vista la presenza di strade urbane un po' trafficate e in considerazione della porzione considerevole di strada sterrata, è sconsigliato ai ragazzi di età inferiore a 8 anni. Punto di partenza di questo itinerario è la stazione di Codroipo. Dopo aver imboccato Via Roma, dirigersi verso Passariano percorrendo prima via XXIV Maggio e poi la Strada Provinciale 65. Dopo una sosta a Villa Manin, proseguire la pedalata dirigendosi verso il Parco delle Risorgive.

L'anello si chiude percorrendo poi la strada che costeggia il fiume Stella fino all'incrocio con la Strada Comunale Levada, che va imboccata dirigendosi a destra in direzione San Martino di Codroipo. Procedere in direzione Gorizzo percorrendo via Glau-nicco prima e Via del Molino poi. Rientrare a Codroipo imboccando la Strada Provinciale 93 e poi la Via Catocchie. L'itinerario è percorribile tutto l'anno.



Punti di partenza e/o arrivo:

- Codroipo**, stazione FS, altitudine 44 mslm
- Passariano**

Info percorso:

Lunghezza totale 19,5 km

Dislivello totale in salita: 18 m

Tempo di percorrenza: 2 ore e mezza circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Codroipo

Parcheggi: Codroipo; stazione FS, campo sportivo, Foro Boario, Via Europa Unità

Tipo di percorso: 10% strada urbana a medio traffico; 27% strada extraurbana con basso traffico; 32% piste ciclabili anche sterrate, 31% sterrati di buona qualità.

Segnaletica: itinerario solo parzialmente segnalato (tabella n. 1 dei percorsi di Turismo Medio Friuli)

Punti ove prestare attenzione:

- a) nei tratti in centro a Codroipo non su pista ciclabile c'è un discreto traffico veicolare; mantenersi in fila indiana e fare molta attenzione agli incroci.
- b) la segnaletica dedicata non è presente nei seguenti tratti: Stazione FS-Via Italia; Villa Manin-Molino della Siega; S. Martino-Gorizzo; Gorizzo-Le Catocchie. Inoltre è presente sul percorso altra vecchia segnaletica su fondo bianco di precedenti itinerari ciclabili: non seguire queste indicazioni, che possono fuorviare e far sbagliare strada.



Lo sapevi che...
La Villa Manin

A Codroipo si trova la splendida Villa Manin, un grandioso ed armonico complesso realizzato dalla potente famiglia Manin, fra il '600 ed il '700 che rappresenta una delle dimore più prestigiose del Friuli Venezia Giulia. Questo gioiello architettonico fu dimora dell'ultimo Doge di Venezia e divenne più tardi sede del quartier generale di Napoleone Bonaparte che vi soggiornò per circa due mesi (all'interno della villa è ancora visibile la camera del grande condottiero).

Villa Manin è nota soprattutto per essere il luogo dove, nel 1797, venne firmato il Trattato di Campoformido tra Napoleone e l'Austria. Lo splendido parco annesso alla villa, realizzato secondo il gusto francese e ricco di rare specie botaniche, offre splendidi scorci caratterizzati dalla presenza di laghetti, colline e gruppi scultorei di soggetto mitologico. Sono anche presenti due collezioni museali, comprendenti una prestigiosa armeria e una raccolta di carrozze antiche.

LIGNANO SABBIADORO E DINTORNI



Quando la giornata non è propizia per la tintarella e per i giochi sulla spiaggia di Lignano, forse lo è per andare a fare un giro in bicicletta con tutta la famiglia. Lignano ha una bella rete di piste ciclopedonali che permettono di girare in sicurezza quasi tutta la città, costeggiando la laguna, la foce del Fiume Tagliamento e tutte le spiagge. Con le piste ciclabili si possono raggiungere tutti i punti di interesse e le attrazioni che offre la località balneare, evitando così di utilizzare l'auto per ogni spostamento.

Il punto di partenza e di arrivo di questo itinerario è la Terrazza a Mare, simbolo indiscusso di Lignano Sabbiadoro e luogo in cui sono presenti numerosi servizi. Inoltre da giugno a settembre è disponibile un punto di informazione turistica dove è possibile noleggiare gratuitamente biciclette ed altre attrezzature nonché prenotare gite e attività varie. L'itinerario è circolare, totalmente pianeggiante e si può percorrere con qualunque tipo di bicicletta, esclusi i quadricicli a noleggio.

È percorribile tutto l'anno ma si tenga presente che durante l'estate l'elevato numero di turisti presenti in città potrebbe rendere le piste ciclabili un po' affollate. Per effetto dei sensi unici stradali, si consiglia di percorrere l'itinerario in senso antiorario, puntando all'inizio verso est in direzione del faro di Lignano. Percorribile tutto l'anno.



Lo sapevi che...
Lignano Sabbiadoro

Lignano Sabbiadoro è un'oasi in cui abbinare il relax e divertimento! Con 8 chilometri di spiaggia fine e dorata e un mare tranquillo, che ormai da anni e anni si fregiano della Bandiera Blu per la tutela dell'ambiente, 8 darsene con 5.000 posti barca e molti servizi ed attrazioni, rappresenta la meta ideale per le vacanze in famiglia.

Lignano, in realtà, racchiude tre località: Lignano Sabbiadoro è la città dei mille ristoranti, dei bar all'aperto e dei lunghi giri per negozi;

Lignano Pineta è accarezzata dall'ombra dei giardini e disegnata da eleganti viali; infine Lignano Riviera, la zona più rilassante, è immersa in una rigogliosa vegetazione che esprime la sua ricchezza con il profumo dei pini marittimi.

Molti sono gli sport che è possibile fare a Lignano: equitazione, vela, kite surf, beach volley, golf e molto altro ancora.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P** Lignano Sabbiadoro, davanti alla Terrazza a mare (punto di noleggio biciclette gratuito c/o info point Lignano Sabbiadoro Gestioni), altitudine 2 mslm
- A**

Info percorso:

Lunghezza totale 20,5 km

Tempo di percorrenza: 2 ore e mezza circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: nessuno

Parcheggi: in svariate parti della città.

Tipo di percorso: 59% piste ciclopedonali asfaltate, 15% piste ciclopedonali sterrate, 26% strade urbane a basso o medio traffico.

Segnaletica: itinerario non segnalato; le piste ciclabili sono riconoscibili dagli appositi cartelli e dalla segnaletica orizzontale.

Punti ove prestare attenzione:

- a) durante l'estate, il traffico veicolare nel centro di Lignano è abbastanza intenso; nelle altre stagioni è quasi inesistente. Prestare attenzione negli incroci e lungo le strade al di fuori delle piste ciclabili.
- b) a 17 km dal punto di partenza: nelle ore notturne, la pista ciclabile interna al complesso alberghiero Ge.Tur. viene preclusa alla circolazione; segnalazioni e orari agli ingressi.



La parte finale della Ciclovia Alpe Adria Radweg è l'itinerario ideale per una gita familiare in bicicletta. Il tracciato si sviluppa sul sedime della vecchia ferrovia che collegava Cervignano del Friuli a Belvedere, ultima fermata prima di salire sui battelli che conducevano a Grado. Totalmente pianeggiante e divisa dal traffico veicolare, è percorribile tutto l'anno e non ha nessun tipo di difficoltà ciclistica: si può quindi pedalare tranquillamente, sempre contornati da un bel paesaggio. La partenza è prevista al punto informazioni di Aquileia di PromoTurismoFVG, dove è possibile lasciare l'auto.

Si procede lungo la pista ciclabile attraversando la parte antica della città di Aquileia: il foro romano, l'area del porto (dove non è possibile entrare con le bici), la zona retrostante la Basilica, il Battistero e il Cimitero degli Eroi. Con una piccola deviazione è possibile accedere all'area per le visite. Il percorso procede attraversando poi la campagna aquileiese fino ad arrivare al borgo rurale di Belvedere. Da qui la ciclabile procede sul ponte translagunare che collega Grado alla terraferma, con splendide vedute sul santuario di Barbanà e sui casoni della laguna.

Giunti alla fine del ponte la ciclabile termina e si è costretti a percorrere la strada statale per circa 1 chilometro, fino a giungere al centro storico di Grado. Si rientra al punto di partenza sul percorso già svolto. Percorribile tutto l'anno.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P** Aquileia, parcheggio davanti info point di Promoturismo FVG (anche punto di noleggio biciclette), altitudine 4 mslm
- A** Grado, Basilica di S. Eufemia, altitudine 1 mslm



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 23,5 km

Tempo di percorrenza: 3 ore circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: lungo il percorso: fermate SAF BiciBus a Grado e Aquileia, servizio solo nei giorni festivi e in estate. Collega Udine a Grado; informarsi su condizioni di trasporto e prenotazioni.

Parcheggi: ad Aquileia, davanti a info point; a Grado c/o piazzale Carpaccio e sulle rive del Canale della Schiusa.

Tipo di percorso: 83% piste ciclopedonali asfaltate, 7% strade urbane a basso traffico; 10% strade urbane ad alto traffico

Segnaletica: il percorso è indicato con segnaletica dedicata, su fondo marrone e logo FVG1, fino al termine della pista ciclabile, dove finisce ufficialmente la ciclovia Alpe Adria. Dalla ciclabile al centro di Grado il percorso non è segnalato.

Punti ove prestare attenzione:

- a) a 10 km dal punto di partenza di Aquileia: la pista ciclabile finisce poco prima del ponte girevole e si è costretti a percorrere la strada statale per circa 1 km, fino a giungere al centro storico di Grado. Attraversata la zona del porto, attraverso la zona pedonale di via Duca d'Aosta si giunge alla Basilica di Sant'Eufemia.



Lo sapevi che... Aquileia

Aquileia ha un'area archeologica di eccezionale importanza, considerata dall'Unesco Patrimonio dell'Umanità.

Colonizzata nel 181 a.C. in „agro gallorum“, Aquileia sorge come testa di ponte per la conquista romana delle aree danubiane e con lo scopo di difendere i confini orientali per incrementare il già florido commercio tra il bacino del Mediterraneo orientale ed i paesi transalpini. Gli scavi hanno messo in luce resti del foro romano e di una basilica, del sepolcreto, di pavimenti in mosaico e fondazioni di case (fondi Cal ed ex Cossar), di statue della Via Sacra, dei mercati, di mura, del porto fluviale, di un grande mausoleo e altro ancora.

La splendida Basilica di Santa Maria Assunta, che si affaccia sulla storica Piazza Capitolo, fu eretta su un edificio del IV secolo, su cui vennero effettuati nei secoli successivi numerosi ampliamenti (poi in gran parte distrutti durante le invasioni barbariche). Nel tempio si possono ammirare anzitutto i famosi mosaici paleocristiani (IV sec.) che costituiscono una tappa fondamentale nella storia dell'arte italiana.

Infine il maestoso Campanile della Basilica, costruito verso l'anno Mille come torre di vedetta, dall'alto dei suoi 73 metri, non solo crea uno scenario solenne, ma offre anche la possibilità di godere di una vista mozzafiato.

GRADO PUNTA SDOBBA



Grado non offre alle famiglie solo spiagge, sole, tranquillità e divertimenti, ma anche tanta natura nei suoi splendidi ambienti lagunari e marini. Per godere di tutto questo basta salire in bicicletta e pedalare lungo la pista ciclabile che dalla cittadina balneare porta al villaggio di pescatori di Punta Sdobba, proprio sulla foce del fiume Isonzo.

È un'escursione molto istruttiva per ragazzi e adulti, perché lungo il percorso, usciti da Grado,

ci sono ben due importanti punti per l'osservazione degli uccelli acquatici e delle piante palustri: il centro visite di Valle Cavanata, ubicato a circa metà strada, e il centro visite del Caneo, vicinissimo a Punta Sdobba. La strada sulla sponda del Canale Avertò è uno dei più bei tratti cicloturistici della nostra Regione. La pista ciclabile sull'argine perilagunare tra la Valle e Punta Sdobba passa, da un lato, tra i campi delle terre bonificate e, dall'altro lato,

sulle spiagge non frequentate dai turisti: offre orizzonti e panorami marini di ineguagliabile bellezza su tutto il Golfo di Trieste! Un percorso molto facile, totalmente pianeggiante ma con poca ombra, e per questo motivo è consigliabile percorrerlo quando il meteo non è troppo caldo e soleggiato o comunque nelle ore più fresche della giornata.



Punti di partenza e/o arrivo:

- P **Grado**, riva Scaramuzza, altitudine 1,5 mslm
- A **Punta Sdobba**, altitudine 1 mslm

Info percorso a/r:

Lunghezza totale 35,5 km

Tempo di percorrenza: 4 ore circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Grado, Capolinea SAF BiciBus in p.le Carpaccio, servizio solo nei giorni festivi e in estate. Collega Udine a Grado; informarsi su condizioni di trasporto e prenotazioni.

Parcheggi: a Grado c/o piazzale Carpaccio e sulle rive del Canale della Schiusa; a Punta Sdobba, presso il Centro visite Caneo

Tipo di percorso: 69% piste ciclopedonali asfaltate, 10% piste ciclopedonali sterrate, 21% strade urbane a basso traffico oppure a accesso limitato;

Segnaletica: il percorso è indicato con segnaletica dedicata, su fondo marrone e logo FVG2, fino al Centro visite Caneo. Da Caneo a Punta Sdobba non segnalato (solo 500 metri)

Punti ove prestare attenzione:

Nessuno in particolare.



**Lo sapevi che...
Grado**

Grado, detta anche l'Isola d'oro, è una località dalle fattezze veneziane impreziosita da un dedalo di isolotti che formano la sua suggestiva laguna, e da due riserve naturali.

Unita alla terraferma da una sottile striscia di terra, Grado custodisce un caratteristico centro storico attraversato da suggestivi vicoli incuneati tra le case dei pescatori: in questa affascinante cartolina dal mare, sembra che il tempo si sia fermato.

La laguna di Grado offre uno scenario ricchissimo di colori, tra il verde della rigogliosa vegetazione e il blu del mare Adriatico.

Un piccolo mondo fantastico, immerso nella quiete della natura, che vede l'intrecciarsi di canali e percorsi di fede dalle origini lontane, come testimonia il santuario mariano dell'Isola di Barbana.

La laguna è una zona feconda di essenze arboree, in particolare di tamerici, olmi, pioppi, ginepri e pini, mentre la fauna presenta una cospicua varietà di volatili, tra i quali gabbiani, aironi cinerini, germani reali e rondini di mare.



Questo itinerario è una parte della Ciclovía Pedemontana e del Collio che prende il nome di FVG3 e di cui fanno parte anche gli itinerari Travesio - Meduno e Cavasso Nuovo - Maniago.

Questa parte di percorso, che attraversa la Piana del Preval è una delle cicloescursioni più suggestive che la nostra regione può offrire perchè pedalando nell'ampio pianoro si può godere dello spettacolare panorama a 360° sulle vigne, sulle cantine, sui boschetti e sulle casette di una delle zone più rinomate della viticoltura italiana e internazionale. Proprio per queste caratteristiche, si consiglia questo percorso alle famiglie con

bimbi, nonostante si svolga solo parzialmente su pista ciclabile e ci sia qualche breve salita da affrontare. Le strade segnalate sono poco trafficate e permettono di inoltrarsi nel territorio in sicurezza. Ci sono diversi punti d'attrazione, sia per grandi che per piccoli, ed è un percorso ideale per una scampagnata fuori porta, specialmente in autunno, quando i colori e i profumi della vendemmia rendono tutto più affascinante. Il percorso parte dal palazzetto dello sport di Gorizia, dove è a disposizione un ampio parcheggio. Attraverso una breve salita si supera la linea ferroviaria in località Lucinico, dove, all'altezza della vecchia

chiesetta di San Rocco, si prende la deviazione sulla destra che porta all'imbocco della ciclabile. Si percorrono quindi circa 8 km di piste ciclabili immersi nel verde del Collio, con viste panoramiche sulle colline italiane e slovene, ricche di vigneti pregiati. Si ritorna al punto di partenza per la stessa strada percorsa oppure utilizzando il comodo servizio Treno+Bici dalle stazioni di Gorizia e Cormons. In periodo estivo è disponibile anche il servizio di bici + bus. Percorribile tutto l'anno.



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 27 km (35 km con deviazioni per Ruzzis e Spessa)

Dislivello totale in salita: 65 m

Tempo di percorrenza: 3-4 ore circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Gorizia (a 1,6 km dal punto di partenza); Stazione FS di Cormons (a 1,3 km dal punto di partenza) Nel periodo estivo è disponibile anche il servizio di bici + bus.

Parcheggi: a Gorizia, presso il punto di partenza; Cormons, via Pozzetto a 200 m dal punto di partenza di Cormons

Tipo di percorso: 64% cicliste e strade a traffico molto basso o limitato; 34% strada extraurbana a traffico basso

Punti di partenza e/o arrivo:

P Gorizia, parcheggio Palazzetto dello Sport Via delle Grappate, altitudine 48 mslm

A Cormons, piazza XXIV Maggio 1915, altitudine 61 mslm

Segnaletica: Il percorso è tabellato con segnaletica su fondo marrone e dicitura FVG3. La dicitura del percorso non è però univoca, si mescola fra FVG3 con direzione Cividale ed alcuni percorsi con dicitura "Slow Collio", che rappresentano alcuni percorsi ciclabili indicati dalla Provincia di Gorizia su queste ciclabili.

Punti ove prestare attenzione:

Riguardarsi dal traffico veicolare, ancorché scarso, lungo le strade non riservate alle biciclette, in quanto sono strette o tortuose.



Lo sapevi che...

Il Castello di Gorizia

Il Castello di Gorizia, risalente al secolo XI, è il cuore antico della città. Situato sull'altura che sovrasta la località, il castello offre una spettacolare vista panoramica di Gorizia e del territorio circostante.

Il suo aspetto attuale non rispecchia esattamente quello originario, infatti dell'antico mastio abbattuto dai veneziani per motivi difensivi, restano oggi solo le fondamenta visibili all'interno della corte dei Lanzi.

Si raggiunge attraverso la Porta Leopoldina, costruita nel 1660 in onore della visita dell'imperatore Leopoldo d'Asburgo.

Il castello cambiò più volte padrone, passando dalle mani dei conti di Gorizia, Avvocati della Chiesa di Aquileia, al dominio asburgico, con le brevi parentesi veneziana e napoleonica.

Nella sua storia fu modificato a più riprese con l'aggiunta di bastioni e torri, e adibito a funzioni diverse quali ad esempio centro amministrativo, caserma e carcere. Fu bombardato durante la prima guerra mondiale ma la paziente opera di ricostruzione, avviata negli anni Trenta ha conferito nuovamente al castello quell'affascinante aria medioevale.

SAGRADO PIERIS



Questo percorso cicloturistico, che segue il corso del fiume Isonzo, è l'ideale per chi desidera pedalare in mezzo alla natura e alla storia. L'itinerario è totalmente pianeggiante e presenta diversi tratti di strada con fondo sterrato. Il punto di partenza è la stazione ferroviaria di Sagrado, località che sorge poco distante dal Monte San Michele e che fu teatro di numerose battaglie du-

rante la Prima Guerra Mondiale. Il punto di arrivo a metà percorso è invece il ponte di Pieris, situato nell'omonima località. Per chi lo desidera è possibile fare una deviazione per visitare il Sacroscario di Redipuglia. L'itinerario è percorribile in entrambi i sensi e durante tutto l'anno.



Lo sapevi che...

L'Isonzo, un fiume ricco di storia

L'Isonzo, con le sue caratteristiche acque color smeraldo, è uno dei fiumi principali del Friuli Venezia Giulia. La sua sorgente si trova tra le Alpi Giulie della Slovenia ed entra in territorio italiano a Gorizia, per sfociare dopo 136 km nel Mare Adriatico.

Oltre ad essere molto importante da un punto di vista naturalistico, l'Isonzo è anche un fiume ricco di storia. In epoca romana ad esempio questo fiume sembra fosse venerato come una divinità locale, tant'è che gli furono dedicate due are votive risalenti al II e III secolo d.C. e ritrovate nel corso del '900 a Farra e San Pier d'Isonzo.

Il suo nome però è legato profondamente alla Prima Guerra Mondiale: non lontano dalle sue rive infatti si sono combattute ben dodici battaglie, dall'estate del 1915 all'autunno del 1917, tant'è che queste sono passate alla storia come "Le 12 Battaglie dell'Isonzo". Lo stesso Giuseppe Ungaretti, il famoso poeta soldato, gli dedicò alcuni versi all'interno del componimento "I fiumi", scritto il 16 agosto 1916.

Sulla riva sinistra dell'Isonzo, dove la pianura lascia il posto all'altopiano carsico, sono ancora ben visibili le testimonianze del conflitto con diversi musei all'aperto in cui è possibile percorrere trincee, gallerie ed entrare nelle fortificazioni costruite dai soldati cento anni fa.



Punti di partenza e/o arrivo:

-  Stazione FS di Sagrado, altitudine 29 mslm
-  Ponte di Pieris, altitudine 10 mslm

Info percorso a/r:

Lunghezza totale 24 km

Dislivello totale in salita: 25 m

Tempo di percorrenza (andata e ritorno): 3 ore circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Sagrado

Parcheggi: Sagrado, presso il punto di partenza; Ponte di Pieris, parcheggio antistante il bar a fianco del ponte

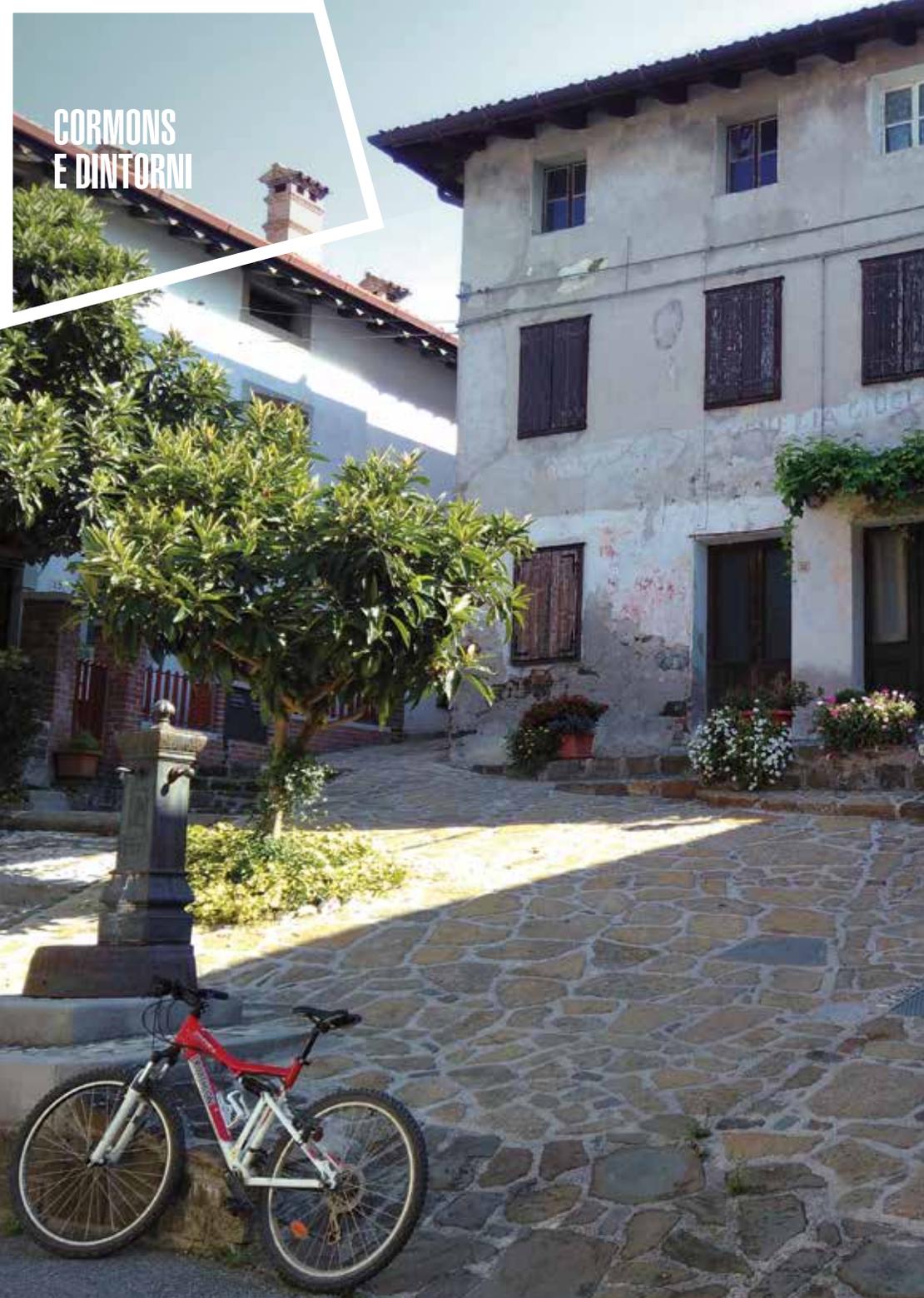
Tipo di percorso: 64% ciclopiste, anche sterrate, e strade a traffico molto basso o limitato; 36% strada extraurbana a traffico basso

Segnaletica: il percorso non è tabellato.

Punti ove prestare attenzione:

- a) a 8,6 km dal punto di partenza di Sagrado: ingresso nel Parco dell'Isonzo a Turriaco, con superamento dell'argine maestro e percorso in golena fluviale. In caso di forte piena dell'Isonzo, il tratto all'interno del Parco potrebbe essere invaso dalle acque. In tali occasioni, non avventurarsi lungo i sentieri golenali e non avvicinarsi agli argini fluviali che costeggiano la strada del parco.

CORMONS E DINTORNI



Questo itinerario circolare è piuttosto frequentato dalle famiglie, sia per le difficoltà ciclistiche molto ridotte, sia per la sicurezza di alcuni suoi tratti, sia per la varietà e la piacevolezza degli ambienti attraversati.

Il Collio e i corsi d'acqua che scendono da esso fanno da contorno a tutto il percorso che si snoda tra le campagne e tra i paesi del Cormonese. L'itinerario si svolge su strade secon-

darie, sterrati e diversi tratti di ciclopista, specialmente lungo l'asta fluviale del Torrente Versa. È pianeggiante, ma non manca qualche piccola salita facilmente affrontabile anche dai ragazzi. Da Cormons ci si allontana in direzione Villanova dello Judrio lungo via del Molino, dove il traffico veicolare è scarso ma occorre comunque prestare un po' di attenzione. Una volta superato l'attraversamento sulla SR 56, si

prosegue su ciclabile dedicata. Il guado sul fiume Corno, nei periodi di piogge, non è percorribile. In questi casi occorre tornare indietro e seguire le indicazioni di viabilità locale Villanova – Medeuzza – Chiopris, dove si riprende la ciclopeditonale. Per la sua lunghezza complessiva e varietà del tipo di fondo stradale, si consiglia la percorrenza con ragazzi di età superiore a 8 anni. Percorribile tutto l'anno.



Punti di partenza e/o arrivo:



-  **Cormons, Stazione FS,**
altitudine 53 mslm
- 

Info percorso a/r:

Lunghezza totale 32 km

Dislivello totale in salita: 70 m

Tempo di percorrenza: 3-4 ore circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: Stazione FS di Cormons.

Parcheggi: Cormons, presso il punto di partenza

Tipo di percorso: 55% cicliste e strade a traffico molto basso o limitato; 44% strada extraurbana a traffico basso; 1% strada extraurbana a medio traffico

Segnaletica: il percorso presenta indicazioni di diverso tipo. Molto ben tabellato è il tratto indicato come ciclabile Versa-Judrio; le classiche tabelle marroni sono presenti sul tratto coincidente con la FVG3, più caotica la segnaletica nel tratto indicato come Slow Collio.

Punti ove prestare attenzione:

Riguardarsi dal traffico veicolare, ancorché scarso, lungo le strade non riservate alle bicicletta. Ci sono diversi attraversamenti di strade molto trafficate, fare molta attenzione.



Lo sapevi che...

Cormons e il Vino della Pace

Cormons si trova nel cuore del Collio, un'area divisa tra Friuli Venezia Giulia e Slovenia occidentale (chiamata Brda) e caratterizzata da verdi colline che dolcemente scendono verso la pianura. Qui, già dall'epoca preromana, si iniziò a coltivare la vite da cui nascono ancora oggi eccellenti vini di livello mondiale. Proprio a Cormons la locale Cantina Produttori decise, nel 1983, di creare la "Vigna del Mondo", una sorta di vigneto-museo di circa 2 ettari dove sono stati piantate circa 550 varietà di vitigni provenienti da 5 continenti.

Da questa originale coltura nacque a partire dal 1985 il Vino della Pace, un prodotto unico e fortemente simbolico: attraverso la spremitura dei grappoli si voleva simboleggiare l'unione di tutti i popoli del pianeta. Ancora oggi questo vino bianco viene prodotto in circa 10000 bottiglie e viene inviato a tutti i Capi di Stato civili e religiosi come messaggio di pace e fratellanza tra i popoli del mondo.

TRIESTE DRAGA S. ELIA



Questa bellissima pista ciclo-pedonale, molto frequentata dalle famiglie locali e dai turisti, si snoda su parte del tracciato della ferrovia che fino al 1959 collegava la stazione di Trieste-Campo Marzio con quella di Herpelje-Erpelle (in Slovenia) ed è stata dedicata a Giordano Cottur. Quest'ultimo, figura storica del ciclismo nazionale e grande competitore di Coppi e Bartali ai Giri d'Italia degli anni '40, fu motivo di grande orgoglio per la sua città, e tagliò il traguardo nella tappa rosa del 1946.

Dopo aver attraversato le periferie collinari di Trieste, tra orti, frutteti e casette, la ciclopista entra nella Val Rosandra, conosciutissima zona carsica e naturalistica regionale, la percorre interamente offrendo uno spettacolare panorama delle rupi calcaree e del Golfo di Trieste e poco prima del confine di Stato, arriva al piccolo paese di Draga Sant'Elia, dove ci si può fermare per ristorarsi. L'itinerario ciclabile continua anche oltreconfine, fino ad arrivare agli abitati di Herpelje e Kosina, congiungendosi così alle reti ciclabili slovene.

Il percorso è totalmente protetto, realizzato parte in asfalto e parte in sterrato; procede in costante e progressiva ascesa da Trieste verso Draga S. Elia, con pendenze costanti di circa il 3%. Proprio per questa sua caratteristica, per la presenza di qualche rampa e di qualche tratto di sterrato non ben mantenuto, si consiglia la percorrenza a ragazzi di età superiore a 8 anni con bici tipo Mountain-bike. Si rientra per la medesima strada che è tutta in discesa!



Info percorso a/r:

Lunghezza totale 21,5 km

Dislivello totale in salita: 310 m

Tempo di percorrenza: 2 ore e mezza circa, escluse soste

Punti di intermodalità lungo il percorso: lungo il percorso: Stazione FS di Trieste (a 6,5 km dal punto di partenza), collegata all'itinerario tramite pista ciclabile cittadina per quasi l'intera distanza.

Parcheggi: Trieste, parcheggio di via Orlandini, adiacente all'info point; Draga S. Elia, piazzetta di fronte Trattoria da Mario (posti limitati)

Tipo di percorso: 40% ciclopista asfaltata, 60% ciclopista in sterrato.

Segnaletica: segnali su sfondo marrone con sigla FVG 2

Punti ove prestare attenzione:

- per garantire una maggiore sicurezza, nel tratto asfaltato della ciclopista che va da Via Orlandini ad Altura il percorso destinato ai ciclisti è distinto da quello pedonale. Prestare inoltre attenzione ad alcuni attraversamenti sulla viabilità cittadina.
- a 4 km dal punto di partenza di Trieste: da sotto i piloni della Grande Viabilità inizia una rampa in salita di circa 200 metri un po' impegnativa, che ci conclude sul vicino ponte.
- a 4,5 km dal punto di partenza di Trieste: dopo il ponte sulla Grande Viabilità, inizia il tratto in sterrato.
- a 5 km dal punto di partenza di Trieste: galleria a gomito illuminata con lampade a pavimento, percorso su sterrato. Prestare attenzione e procedere con cautela.
- a 6,1 km dal punto di partenza di Trieste: sottopassaggio della SP11: attenzione in caso di pioggia o dopo abbondanti piogge per la presenza di acqua nel sottopassaggio; sterrato rovinato.



Lo sapevi che...

La leggenda della Bora

La bora è uno dei simboli della città di Trieste. Si tratta di un vento che soffia nell'omonimo golfo con direzione Est/Nord-Est a raffiche a volte molto forti.

In città viene detta "bora scura" in presenza di cielo coperto, pioggia o neve oppure "bora chiara" se il cielo è sereno.

La leggenda narra che Bora, figlia del re dei venti Eolo, fosse viziata e capricciosa ma allo stesso tempo preferita dal padre rispetto a tutti gli altri figli. Un giorno, insieme al padre e ai fratelli, giunse su un florido altopiano che scendeva ripido verso il mare e si allontanò per andare a correre tra le nuvole. Dopo un po' si imbatté in una caverna dove entrò a curiosare e incontrò l'impavido eroe umano Tergesteo; tra i due fu amore a prima vista e vissero felici in quella grotta per sette giorni interi. Quando Eolo si accorse che la sua figlia prediletta era sparita, preoccupato decise di andare a cercarla. Dopo giorni di disperate ricerche la trovò abbracciata a Tergesteo: infuriatosi terribilmente con quest'ultimo iniziò a soffiare con violenza scagliandolo contro le pareti della grotta fino ad ucciderlo.

Dopodiché ordinò a Bora di ripartire ma ella, distrutta dal dolore, si rifiutò di seguirlo e si mise a piangere in modo così disperato che ogni lacrima che sgorgava si trasformava in pietra. Le lacrime furono così tante che il verdeggiante suolo dell'altopiano venne completamente ricoperto dalle pietre. Alla fine Eolo decise di ripartire lasciando la figlia Bora sul luogo che aveva visto iniziare e finire il suo grande amore.

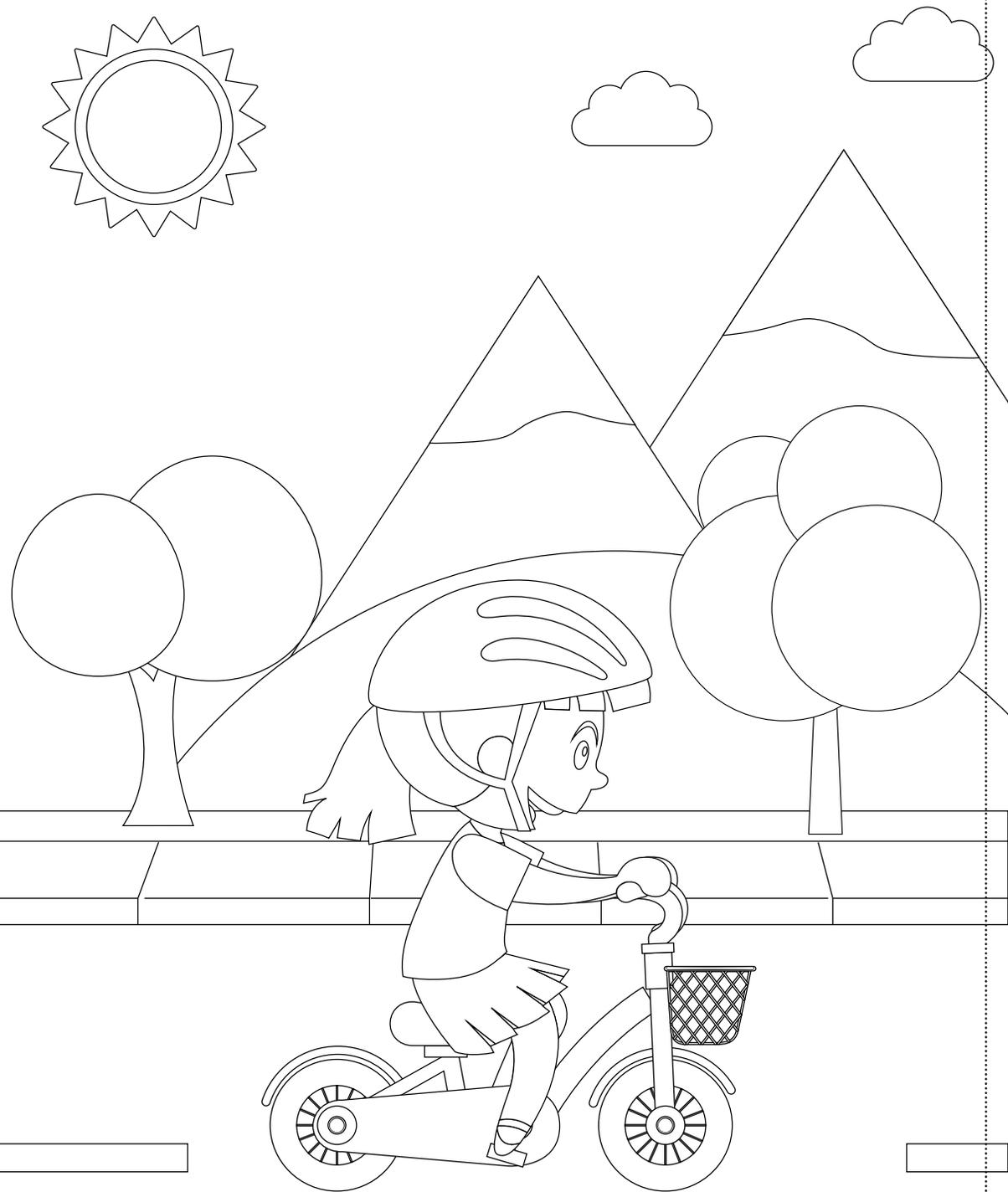
Col tempo su di esso si formò una ridente collina sulla quale sarebbe stata fondata una città che, in onore di Tergesteo, sarebbe stata chiamata Tergeste, ora Trieste. Qui ancora oggi Bora regna sovrana perché il cielo le ha concesso di rivivere ogni anno tre, cinque o sette giorni di splendido amore: sono i giorni in cui Bora soffia impetuosa, "chiaro" fra le braccia del suo amore o "scuro" - accompagnata da lacrime di pioggia - nell'attesa di incontrare nuovamente Tergesteo.



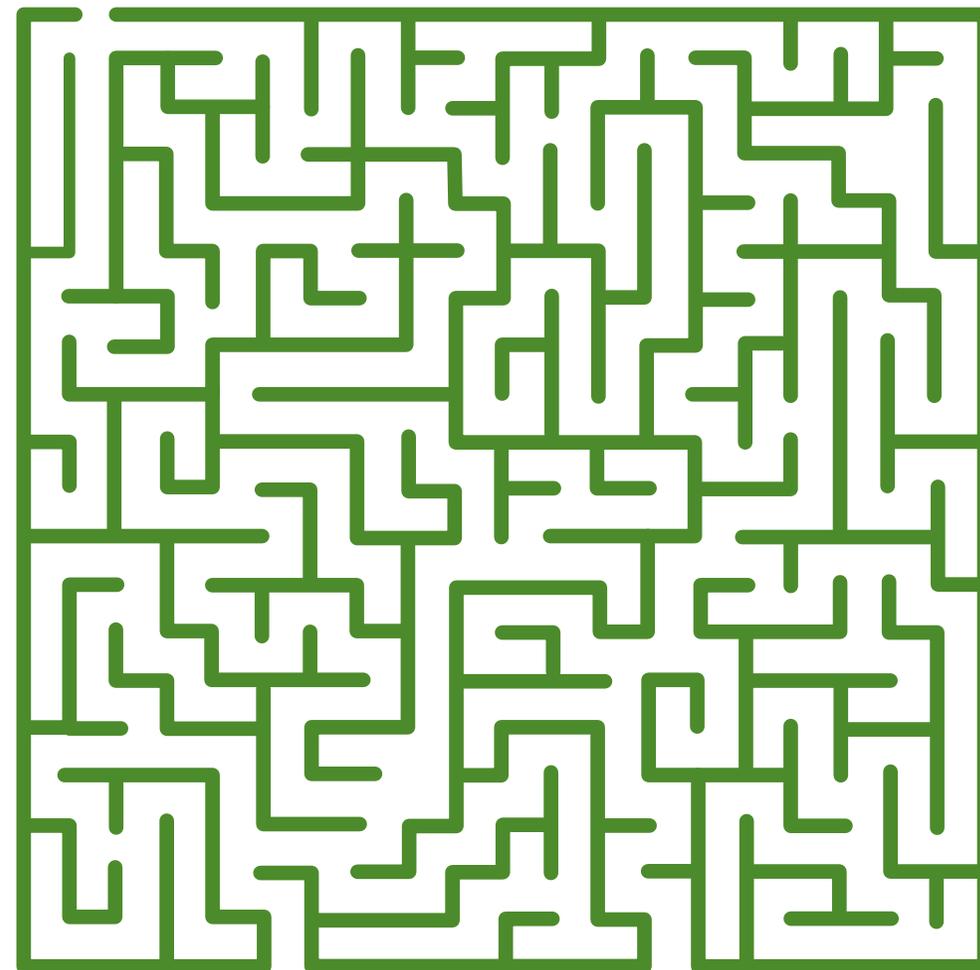
DISEGNA , COLORA E PEDALA!

Colora i disegni, unisci i puntini, trova le soluzioni... una volta finito potrai ritagliare i fogli, conservarli oppure regalarli!

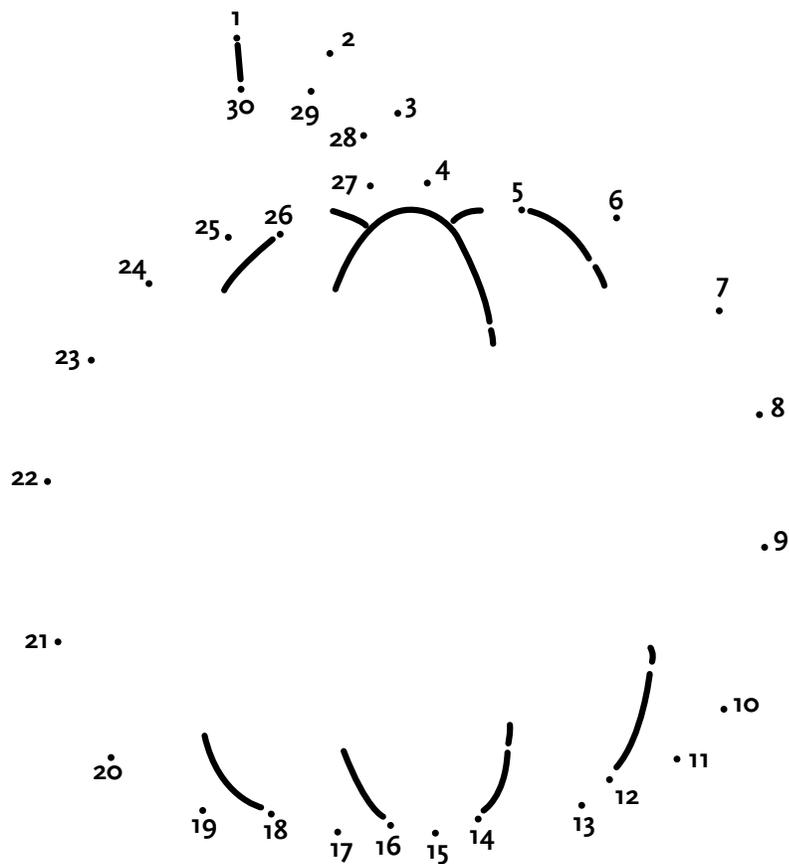




**Entra nel labirinto e scopri
le due strade che ti porteranno
al mare dal cavalluccio marino
e in montagna dalla volpe...**



Unisci i puntini e scopri
la regina di Venzone!



QUIZ

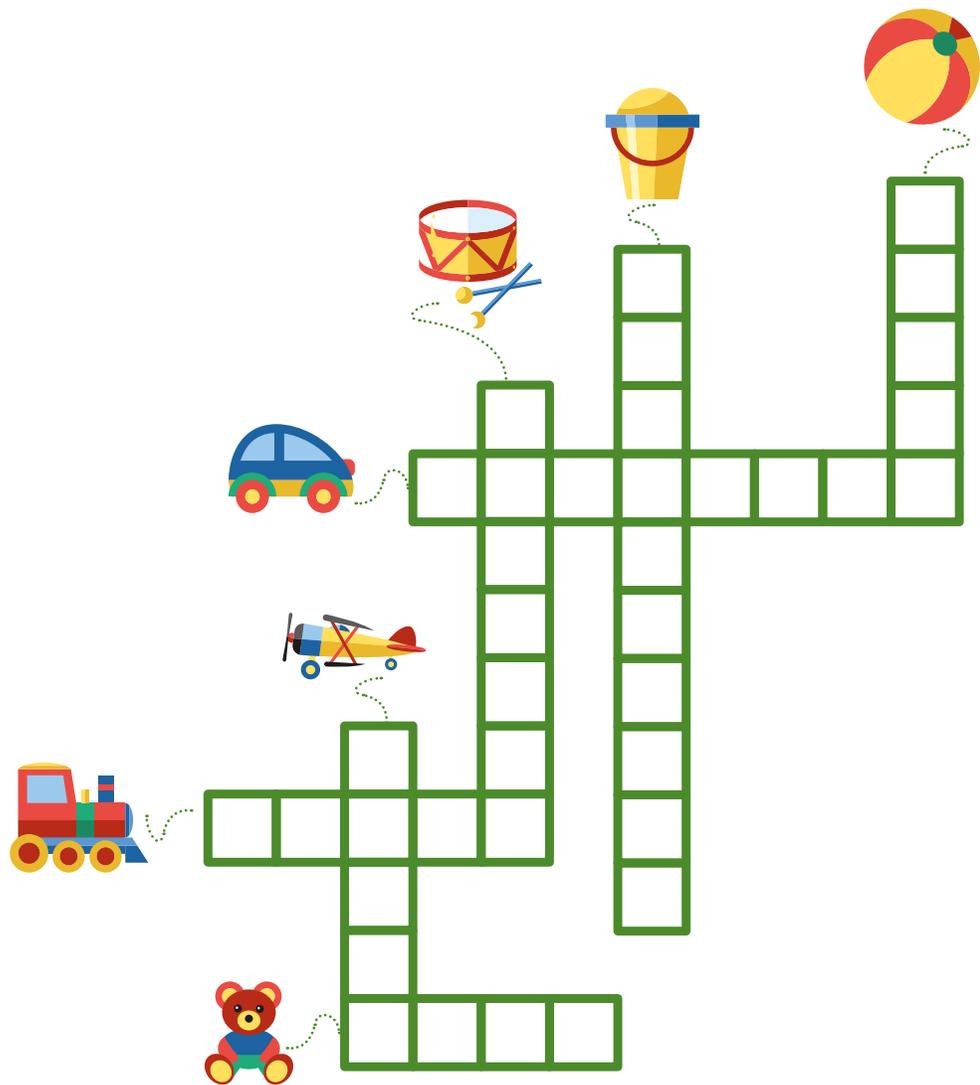
Quale è il suo luogo d'origine della gubana?

- Tarvisio Cividale del Friuli Lignano Sabbiadoro

Risposta: Cividale del Friuli



CRUCIVERBA



Soluzioni:
 PALLA
 SECCHIELLO
 TAMBURO
 MACCHINA
 AEREO
 TRENO
 ORSO



Europa

Italia

Regione
Friuli Venezia Giulia



COME ARRIVARE

IN AUTO

Con le autostrade:

A4 Torino - Trieste

A23 Palmanova - Udine - Tarvisio

A28 Portogruaro - Conegliano

IN AEREO

Aeroporto Friuli Venezia Giulia

40 km da Trieste e Udine

15 km da Gorizia

80 km da Pordenone

www.aeroporto.fvg.it

IN TRENO

www.trenitalia.it

Call Center 89.20.21



FAC SIMILE