

Cammino Friuli: a piedi dalle Alpi Giulie all'Adriatico

ALESSANDRO PLAZZOGNA

*Quante volte raggiunta una cima ho cercato il mare all'orizzonte
in riva al mare ho cercato l'orizzonte.*

Il cammino realizzato dal 24 luglio al 4 agosto 1999, parte dal M.te Forno triconfine tra Friuli-Carinzia-Slovenia e in dodici tappe consecutive, porta al mare Adriatico, con un dislivello complessivo di m 7.400 in salita e m 9.000 circa in discesa. Si tratta di un percorso naturalistico completo e molto vario, in ambienti per molti aspetti selvaggi, suggestivi e poco frequentati. Si attraversano le Alpi Giulie al cospetto dei gruppi del Jof Fuart, del Montasio e del Canin per poi oltrepassare le Prealpi sconfinando in Slovenia lungo la panoramica e selvaggia dorsale del M.te Stol fino a Caporetto. Quindi in due giorni si superano le colline del Cividalese fino alla pianura che si percorre lungo strade sterrate secondarie tra i campi, fino alla laguna di Marano. Si prosegue in canoa all'interno dei canali della riserva naturale, fino al mare aperto e alle spiagge affollate.

Un cammino fatto di molti ingredienti diversi, sapori, odori, colori e sensazioni in continua trasformazione, che presuppone spirito di adattamento, ma soprattutto determinazione per arrivare fino in fondo.

È un'occasione per conoscere profondamente se stessi, per imparare ad ascoltare, e rappresenta una possibilità per scorgere le molteplici sfumature non solo naturalistiche, che il Friuli può offrire, dalle montagne al mare.

Attrezzatura: normale attrezzatura escursionistica, cordino/moschettoni - buon paio di scarponi non troppo rigidi (eventuale imbrago per la salita al Canin).

Approvvigionamenti e pernottamenti: ogni tappa è sufficientemente servita con esclusione della Val Resia e del M.te Stol.

Pernottamenti: in rifugi serviti nella fascia alpina e prealpina (compreso cividalese), mentre è indispensabile pren-



Il Jof Fuart (foto Plazzogna).

dere accordi per Coritis, Santuario Beata Vergine di Castelmonte, Abbazia di Rosazzo e per il casone in laguna.

Periodo prescelto: fine Luglio-Agosto.

Cartografia: Tabacco 019, 027, 041, Friuli - Venezia Giulia 1/150.000

L'itinerario dalla sommità del monte Stol fino alla laguna può essere percorso in MTB, da Castelmonte in poi anche a cavallo.

I tempi indicati sono stati rilevati strada facendo, escluse eventuali soste, pertanto sono da considerarsi indicativi.

I TAPPA: *M.te Forno m 1.508 - Laghi di Fusine m 920 - Tarvisio m 760*

Dislivello salita m 420 - discesa m 1.195

Tempo impiegato ore 6.00

Sentieri dai laghi di Fusine A.V.A.T.

Pernottamento a Tarvisio in Hotel - pensione.

Note: da Arnoldstein seggiovia per M.te Forno (servizio estivo)



Riofreddo sotto il rifugio Corsi (foto Plazzogna).

II TAPPA: *Tarvisio m 760 - M.te Prisnig m 1.324 - M.te Florianca m 1.658 - M.te Lussari Santuario m 1.766 - Sella Prasnig m 1.491 - Rif. Pellarini m 1.499*

Dislivello salita m 1.235 - discesa m 610

Tempo impiegato ore 5.40

Sentieri A.V.A.T. - 613 - 617 - 616

Pernottamento Rifugio Pellarini - gestito

III TAPPA: *Rif. Pellarini m 1.499 - Sella Carnizza m 1.767 - Forcella Riofreddo m 2.235 - Rif. Corsi m 1.855 - Sella Nevea m 1.162 - Rif. Gilberti m 1.850*

Dislivello salita m 1.515 - discesa m 1.305

Tempo impiegato ore 7.20

Sentieri 627 - 625 - pista sx

Pernottamento Rif. Gilberti - estate 99 gestito

Note: neve fino a stagione inoltrata sotto la ferrata che porta alla F.la di Riofreddo. In alternativa al Rif. Gilberti si può pernottare al Divisione Julia o spezzare la gita dormendo al Rif. Corsi. Camosci e stambecchi!



Monte Canin, *Papaver julicum* (foto Plazzogna).

IV TAPPA: Rif. Gilberti m 1.850 - Sella Bila Pec m 2.005 - Ghiacciaio M.te Canin m 2.250 - Bivacco Marussich m 2.005 - Coritis m 675

Dislivello salita m 600 - discesa m 1.815

Tempo impiegato ore 6.10

Sentieri 632 - 634

Pernottamento Coritis - Alpini M.te Guarda (su concessione).

Note: Merita un piccola deviazione la salita ai resti del ghiacciaio del Canin (partenza della ferrata Julia al Canin m 2.587). A Sella Nevea ultima acqua, successiva Coritis. Sentiero 634 poco evidente, vipere e piante orticanti nella zona centrale.



Genziane sulla dorsale del monte Stol (foto Plazzogna).



Stelle Alpine sul monte Stol (foto Plazzogna).

V TAPPA: Coritis m 675 - M.te Guarda m 1.720 - Uccia - Passo Tanamea m 851

Dislivello salita m 1.240 - discesa m 1.080

Tempo impiegato ore 7.00

Sentieri 741 - 733

Pernottamento Ai Ciclamini - Centro turistico Parco Prealpi Giulie tel. 0432/787084

Note: Dal M.te Guarda ad Uccia sentiero poco frequentato ricoperto per lunghi tratti dalla vegetazione. Massima attenzione a non perdersi. Molte ortiche! Da Uccia si prosegue su strada fino al passo, oltre il quale, in un paio di km, si arriva Ai Ciclamini (seguire preferibilmente la pista di fondo). Ottima cucina tipica - doccia calda.

VI TAPPA: Passo Tanamea m 851 - M.te Stol m 1.670 - Bivacco m 1.220

Dislivello salita m 1.230 - discesa m 830

Tempo impiegato ore 8.20

Sentieri naturalistico M.te Starmaz, poi lungo la dorsale.

Pernottamento Bivacco in muratura max 6 persone.

Note: a sx del Gran Monte parte la lunga dorsale-cresta NON segnata che obbliga a continui saliscendi fino al M.te Stol. Rischio di infrascamento, attenzione ai verdi se bagnati! Flora e panorama ripagano la faticaccia. Ultima acqua Ai Ciclamini successiva a Caporetto!



Dal monte Stol; al centro il Kuk (foto Plazzogna).

IV TAPPA: Rif. Gilberti m 1.850 - Sella Bila Pec m 2.005 - Ghiacciaio M.te Canin m 2.250 - Bivacco Marussich m 2.005 - Coritis m 675

Dislivello salita m 600 - discesa m 1.815

Tempo impiegato ore 6.10

Sentieri 632 - 634

Pernottamento Coritis - Alpini M.te Guarda (su concessione).

Note: Merita un piccola deviazione la salita ai resti del ghiacciaio del Canin (partenza della ferrata Julia al Canin m 2.587). A Sella Nevea ultima acqua, successiva Coritis. Sentiero 634 poco evidente, vipere e piante orticanti nella zona centrale.



Genziane sulla dorsale del monte Stol (foto Plazzogna).



Stelle Alpine sul monte Stol (foto Plazzogna).

V TAPPA: Coritis m 675 - M.te Guarda m 1.720 - Uceea - Passo Tanamea m 851

Dislivello salita m 1.240 - discesa m 1.080

Tempo impiegato ore 7.00

Sentieri 741 - 733

Pernottamento Ai Ciclamini - Centro turistico Parco Prealpi Giulie tel. 0432/787084

Note: Dal M.te Guarda ad Uceea sentiero poco frequentato ricoperto per lunghi tratti dalla vegetazione. Massima attenzione a non perdersi. Molte ortiche! Da Uceea si prosegue su strada fino al passo, oltre il quale, in un paio di km, si arriva Ai Ciclamini (seguire preferibilmente la pista di fondo). Ottima cucina tipica - doccia calda.

VI TAPPA: Passo Tanamea m 851 - M.te Stol m 1.670 - Bivacco m 1.220

Dislivello salita m 1.230 - discesa m 830

Tempo impiegato ore 8.20

Sentieri naturalistico M.te Starmaz, poi lungo la dorsale.

Pernottamento Bivacco in muratura max 6 persone.

Note: a sx del Gran Monte parte la lunga dorsale-cresta NON segnata che obbliga a continui saliscendi fino al M.te Stol. Rischio di infrascamento, attenzione ai verdi se bagnati! Flora e panorama ripagano la faticaccia. Ultima acqua Ai Ciclamini successiva a Caporetto!



Dal monte Stol; al centro il Kuk (foto Plazzogna).



Il rifugio Solarie (foto Plazzogna).

VII TAPPA: *Bivacco m 1.220 - Caporetto m 250 - Livek - Rifugio Solarie m 940*

Dislivello salita m 935 - discesa m 1.215

Tempo impiegato ore 7.10

Pernottamento Rif. Solarie sempre aperto

Note: Caporetto - Livek su strada, dopo Livske Ravne (m 1.037 - panorama sulle colline del Cividalese fino al mare) ad un piccolo bivio (sx per M.te Kuk) in prossimità di una curva, ci svolta a dx su una stradina erbosa (versante sud) che conduce al confine (sbarra) e, in un'oretta, oltrepassato il Biv. Zanuso, scende al Rif. Solarie (doccia calda - gestito).

VIII TAPPA: *Rif. Solarie m 940 - Santuario Beata Vergine di Castelmonte m 610*

Tempo impiegato ore 6.30

Pernottamento Nel santuario, se i frati autorizzano o presso la locanda.

Note: Lungo itinerario attraverso boschi, prati e piccoli borghi. Sentiero non sempre adeguatamente segnato, ostruito a tratti dalla vegetazione. Attenzione molto facile perdere il sentiero, indispensabile carta, consigliabile qualche ricognizione. Meglio saltare il M.te Kum aggirandolo lungo la strada (si risparmia inutile dislivello e tempo). Cercare di seguire il sentiero, a tratti molto panoramico e suggestivo. Alternativa più breve e diretta, certamente meno bella, è seguire la strada.



Nel Cividalese (foto Plazzogna).

IX TAPPA: *Castelmonte m 610 - Prepotto - Spessa - Abbazia di Rosazzo m 215*

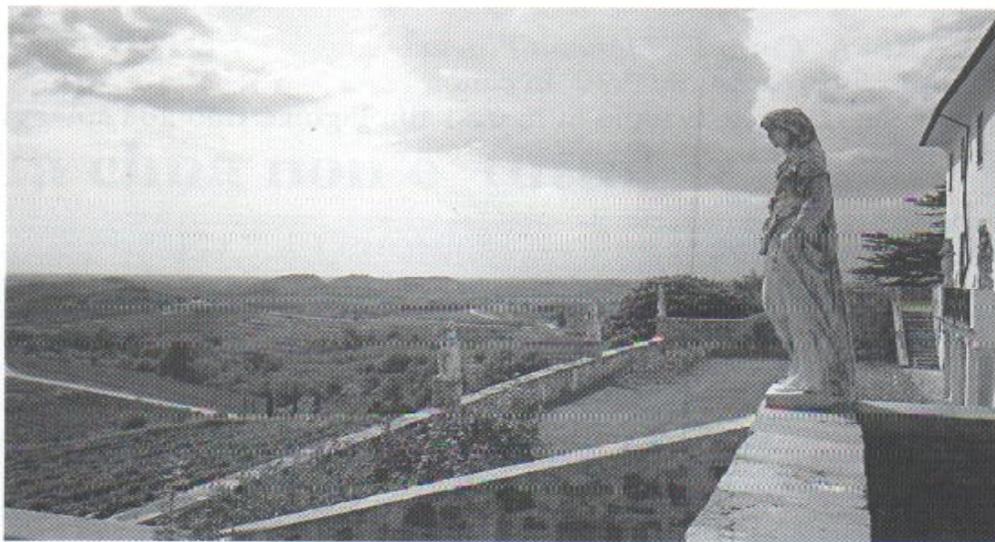
Tempo impiegato

ore 4.05

Pernottamento

Abbazia di Rosazzo (se autorizzati) o in paese.

Note: Si attraversa una delle zone vinicole più rinomate della regione, pertanto è d'obbligo una sosta in qualche osteria o frasca se non direttamente in una azienda. Magnifica vista sulla pianura fino al mare, dall'Abbazia di Rosazzo.



Dall'Abbazia di Rosazzo (foto Plazzogna).

X TAPPA: *Abbazia di Rosazzo - Oleis - Orsaria - Buttrio - Pavia di Udine - Lumignacco Terenzano - Pozzuolo del Friuli - Mortegliano.*

Tempo impiegato ore 7.55

Pernottamento Locanda

Note: Lunga! Si percorrono quasi esclusivamente stradine sterrate. Attenzione al guado sul Torre, percorribile solo se in secca. Ponte sopra l'autostrada a Cargnacco.

XI TAPPA: *Mortegliano - Flumignano - Muzzana del Turgnano - Laguna di Marano - Casone.*

Tempo impiegato

ore 5.40 + 0.45 in canoa

Pernottamento

Casone privato con circa 8 posti letto. Su prenotazione.

Note: Lungo il Cormor attraverso la Bassa friulana fino alla laguna. Oltre Muzzana, si incontrano i resti di vecchi boschi, una delle ultime testimonianze dei boschi che ricoprivano la pianura.



Casone nella Laguna di Marano (foto Plazzogna).

