

Trekking: un estate di escursioni in Italia

Author : Caterina

Date : 5 luglio 2011



Vacanze sportive e naturaliste facendo trekking. Qualche suggerimento di parco e destinazione per te!

In **Italia**, dalla Valle d'Aosta, al Salento, passando per l'Abruzzo, si aprono chilometri di possibilità per chi decide di immergersi nella **natura dei luoghi di vacanza**, rinunciando magari al relax ma non all'avventura.

Parco Avventura Mont Blanc

Sulla strada che sale verso la **Thuile**, quasi al confine con la Francia, c'è uno dei percorsi più affascinanti e meno conosciuti della **Valle D'Aosta**.

Intorno ai 1500 metri di altezza, si parte con una strada semplice che attraversa un villaggio disabitato e si prosegue in salita verso sentieri scoscesi, senza perdere mai di vista il Monte Bianco. Ci si trova nel [Parco avventura Mont Blanc](http://www.parcoavventuramontblanc.com) che offre **percorsi accessibili a tutti**, bambini e adulti, soli, in famiglia o in gruppo.

Per maggiori informazioni si può visitare il sito ufficiale <http://www.parcoavventuramontblanc.com>.



Riserva Naturale Valle dell'Orfento

Nel verde fittissimo delle montagne della **Majella**, nel **centro d'Italia**, invece, si possono esplorare a piedi i sentieri che s'inoltrano nella [Riserva Naturale Valle dell'Orfento](#), una delle più incontaminate dell'intero **Appennino**.

È scolpita dal fiume Orfento da cui il nome, che scende a valle tra cascate e salti d'acqua.

In compagnia delle guide si può sperimentare il **nordic walking**, la tecnica di passeggio con i bastoncini, abbinata all'**osservazione faunistica**.

Si cammina accanto a genziane, orchidee e stelle alpine, un habitat per lupi, camosci, aquile e il merlo acquaiolo, simbolo del parco.

Per chi fosse interessato, un link utile per saperne di più è www.parcomajella.it.

Trekking nel Salento

Dalla torre di **S. Emiliano** a **Punta Palascia**, spartiacque tra Ionio e Adriatico si possono percorrere **11 km di paesaggi spettacolari** che ripagano decisamente della fatica compiuta.

Più leggero ma altrettanto scenografico è il **trekking notturno**, con le torce elettriche e la luna piena, dal villaggio di pescatori di San Foca a Marina di Melendugno. Maggiori informazioni sono presenti nel sito www.trekkingsalento.com.

Decisamente impegnativi, invece (ma si possono spezzare in più tappe), i **Grandi Trekking del Salento**.

Quello "**Dei due Mari**" taglia da Gallipoli a Otranto la Puglia interna dell'olio e dei siti megalitici, su antichi tracciati.



Trekking all'estero

Per coloro che non vogliono rinunciare ad una vacanza all'estero consiglio il **Pembrokeshire, parco protetto gallese**, un'esperienza unica che potrete conoscere attraverso il mio precedente articolo [Un Galles tutto da scoprire](#).

