



PARCO  
NATURALE  
DOLOMITI  
FRIULANE

IO SONO  
FRIULI  
VENEZIA  
GIULIA  


un Parco Naturale per amare la Natura  
incontri ravvicinati con la Terra

# PARCO OUTDOOR

Camminate, escursioni e attività all'aperto tra  
le **Dolomiti Unesco** più selvagge



INVERNO  
2023/2024

**SOGGIORNO TREKKING • 25 E 26 NOVEMBRE 2023**  
**PASSO S. OSVALDO, FORCELLA VAL DE FORSCIA, CASERA GALVANA, RIFUGIO MANIAGO, CASERA BEDIN, ERTO**



# UNA NOTTE NELLA CASERA DELLE STREGHE

Durata: 2 giorni

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Cimolais

Dormire in una casera in quota. Ascoltare i suoni della notte in una valle misteriosa, che ha ispirato leggende e racconti mitici. Le suggestioni dell'autunno nella valle di Erto con un soggiorno speciale in Casera Galvana. Due giorni a stretto contatto con la Terra, in un luogo remoto e selvaggio del Parco Dolomiti Friulane.



**ESCURSIONE CON LA LUNA • 25 NOVEMBRE 2023**  
**CLAUT, COL DEI PIAIS**



# **CAMMINATA SERALE SOTTO LA LUNA CON DEGUSTAZIONE A CLAUT**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 16:00 Centro visite di Claut



**ESCURSIONE NATURALISTICA E PANORAMICA**  
**• 26 NOVEMBRE 2023 PUONSAS, STAVOLI RIDONA**



# **PASSEGGIATA “FOLIAGE” A FORNI DI SOPRA CON PRANZO IN MONTAGNA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Forni di Sopra

**TREKKING EXPERIENCE • 2 DICEMBRE 2023**  
**MALGA FARA, MONTE FARA**



## **TREKKING CON BINOCOLO SUL MONTE FARA**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 8:00 Centro visite di Andreis

**ESCURSIONE ESPLORATIVA • 3 DICEMBRE 2023**  
**SENTIERO MOLIESA, FRANA DEL MONTE TOC**



## **IL SENTIERO TRA GLI ALBERI VERSO IL PAESE DI CASSO**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Erto

**CACCIA AL TESORO • 8 DICEMBRE 2023**  
**ANDREIS, ALCHEDA, SAN DANIELE**



## **UNA CACCIA AL TESORO IN UN PICCOLO PAESE DI MONTAGNA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Andreis

**ESCURSIONE PANORAMICA • 9 DICEMBRE 2023**  
**RIFUGIO PORDENONE, CASERA BREGOLINA GRANDE**



## **TREKKING IN QUOTA CON CASTAGNATA IN CASERA**

Durata: 7 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Cimolais



**ESCURSIONE ESPLORATIVA • 9 DICEMBRE 2023**  
**BARCIS, LA MANTOVA, MOLASSA, SENTIERO DEL DINT**



## **CAMMINATA A BARCIS CON VISITA IN AZIENDA AGRICOLA**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Barcis





**ESCURSIONE NATURALISTICA • 10 DICEMBRE 2023**  
**VICO, DUVRIES, ACQUA DELLA PUZZA, DROGNE**



## **IL BOSCO INCANTATO E LA SORGENTE SOLFOROSA**



Durata: 3 ore  
Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Forni di Sotto

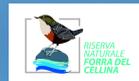
**GEOTREKKING • 16 DICEMBRE 2023**  
**LANDRI SCUR, LANDRI VIERT, TORRENTE COLVERA DI JOUF**



## **CAMMINATA GEOLOGICA NEI LANDRIS DI POFFABRO E NELLA FORRA DEL COLVERA**

Durata: 5 ore  
Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Poffabro

**ESCURSIONE HISTORYTELLING • 17 DICEMBRE 2023**  
**BARCIS, VECCHIA STRADA DELLA VALCELLINA,  
ALCHEDA, ANDREIS**



## **VECCHIE STRADE E ALBERI DI NATALE**

Durata: 5 ore  
Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Barcis

**CIASPOLATA NOTTURNA ASTRONOMICA • 26 DICEMBRE 2023**  
**STINSANS, MASSAROUL, TIVIEI**



## **L'ALTIPIANO DELLE STELLE E DELLA LUNA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 20:00 Centro visite di Forni di Sopra

**CIASPOLATA • 27 DICEMBRE 2023**  
**PARCO FAUNISTICO PIANPINEDO**



## **SEGUENDO LE TRACCE IN PIANPINEDO NEL REGNO DEI CERVI**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Cimolais

**CIASPOLATA SERALE • 30 DICEMBRE 2023**  
**CLAUT, SENTIERO DELLE RIVE, TRE PINI,  
PELUDE, VAL SETTIMANA**



## **UN TRAMONTO IN VALLE CON LA NEVE**

Durata: 4 ore

Ritrovo: ore 14:00 Centro visite di Claut



# LE DOLOMITI FRIULANE PATRIMONIO UNESCO SONO CUSTODI DI TRADIZIONI E AUTENTICITÀ

In montagna si arriva in punta di piedi. Sentieri e paesi sono il simbolo di tenacia e volontà di mantenere i luoghi sperduti vivi. Non troverete tutte le comodità a portata di mano. Qui la vita è semplice, scorre semplice come dovrebbe essere.

Visitare le Dolomiti Friulane significa entrare in un mondo quasi scomparso. Trattorie, osterie, rifugi a conduzione familiare dedicano molta cura e attenzione ai piatti tipici per far scoprire agli ospiti i sapori di un tempo. Case vacanze, B&B e alberghi diffusi sono nati grazie alla ristrutturazione di vecchie case e antiche dimore di contadini.

Qui l'autenticità traspira e insieme a lei tutto il fascino di queste terre selvagge.





**CIASPOLATA SERALE • 30 DICEMBRE 2023**  
**DRIA, PINIEI, CASCATA DEL CJALDERON,**  
**BOSCO DI SOMALAOU**



## **LA CASCATA GHIACCIATA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 16:00 Centro visite di Forni di Sopra



**GEOTREKKING CIASPOLATA • 3 GENNAIO 2024**  
**CLAUT, LESIS, CASAVENTO, PIAN DE CRODE**



## **UNA CASERA SOTTO LA NEVE**

Durata: 6 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Claut



**OUTDOOR ACTIVITY • 6 GENNAIO 2024**  
**LESI, RIFUGIO PRADUT**



## **WORKSHOP IN AMBIENTE: SICUREZZA SULLA NEVE**

Durata: 8 ore

Ritrovo: ore 8:00 Centro visite di Claut



**CIASPOLATA NOTTURNA HISTORYTELLING**

**• 6 GENNAIO 2024**

**STINSANS, PARULANA, SACUIDIC, SALIET, ANDRAZZA**



## **UN CASTELLO DI NOTTE**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 20:00 Centro visite di Forni di Sopra

**CIASPOLATA • 14 GENNAIO 2024**

**PANUÇ, CASERA VALINE**



## **UNA DOMENICA TRA I BOSCHI INNEVATI**

Durata: 6 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Poffabro

**CIASPOLATA NOTTURNA • 20 GENNAIO 2024**

**PALAS, FIUME TAGLIAMENTO, LAGHETTI**

**DI FORNI DI SOPRA**



## **IL PERCORSO DELLE AGANIS**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 20:00 Centro visite di Forni di Sopra

**GEOTREKKING NIVOLOGICO E CIASPOLATA**  
**• 21 GENNAIO 2024 VAL CIMOLIANA**



# **GIORNATA MONDIALE DELLA NEVE: ESPLORANDO LA VAL CIMOLIANA**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Cimolais

**GEOTREKKING • 27 GENNAIO 2024**  
**DIGA DEL VAJONT, FRANA DEL VAJONT, EX CANTIERE TORNO**



# **IL RACCONTO DEL VAJONT CON LA LUNA PIENA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 18:00 Punto informativo Diga del Vajont

**DRY-TOOLING • 27 GENNAIO 2024**  
**CLAUT, FALESIA CIAFURLE**



# **DRY-TOOLING: ARRAMPICATA A SECCO CON ATTREZZI DA GHIACCIO**

Durata: 6 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Claut

**SOGGIORNO SPORTIVO • 3 E 4 FEBBRAIO 2024**  
**CORSO DI SCIALPINISMO INVERNALE**  
**LESI, RIFUGIO PRADUT, MONTE RESETTUM**



# **CORSO DI SCI ALPINISMO**

Durata: 2 giorni

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Claut

Con gli sci sulla neve fresca imparando tecniche e movimenti per gestire l'elemento naturale più versatile e affascinante. Accompagnati da esperte Guide Alpine passeremo due giorni tra la neve, fermandoci a dormire in un rifugio di alta quota.





**CIASPOLATA NATURALISTICA • 11 FEBBRAIO 2024**  
**DRIA, SOMALAOU, VAL ROVADIA**



## **IL GRANDE GHIAIONE DELLA ROVADIA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Forni di Sopra



**PASSEGGIATA SERALE • 14 FEBBRAIO 2024**  
**ERTO, SAN ROMEDIO, VAL DA PONT, SCIAVALE, FORCAI**



# **LE FONTANE DI SAN VALENTINO**

## **PASSEGGIATA SERALE A ERTO CON CENA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 17:00 Centro visite di Erto



**GEOTREKKING • 17 FEBBRAIO 2024**  
**FORRA DEL CELLINA, SENTIERO DEL DINT**



# **FORRE, MARMITTE, PALEOALVEI**

## **E PONTE TIBETANO**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Barcis



**SOGGIORNO SPORTIVO • 17 E 18 FEBBRAIO 2024**  
**CORSO DI SCI ALPINISMO // CIMOLAIS E CLAUT**



# **ARRAMPICANDO SULLA NEVE: CORSO DI ALPINISMO INVERNALE**

Durata: 2 giorni

Ritrovo: ore 8:00 Centro visite di Cimolais

Con gli sci sulla neve fresca imparando tecniche e movimenti per gestire l'elemento naturale più versatile e affascinante. Accompagnati da esperte Guide Alpine passeremo due giorni tra la neve, fermandoci a dormire in un rifugio di alta quota.



**GEOTREKKING • 24 FEBBRAIO 2024**  
**DIGA DEL VAJONT, FRANA DEL VAJONT, EX CANTIERE TORNO**



# **IL RACCONTO DEL VAJONT CON LA LUNA PIENA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 18:00 Punto informativo Diga del Vajont



**CIASPOLATA • 24 FEBBRAIO 2024**  
**FORNI DI SOTTO, DROGNE**



# **ANELLO DI FORNI DI SOTTO CON LE CIASPOLE**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Forni di Sotto

## **CIASPOLATA PANORAMICA HISTORYTELLING**

**• 25 FEBBRAIO 2024**

**PASSO DELLA MAURIA, FORTE MIARON**



# **PANORAMI, DOLOMITI E GRANDE GUERRA**

Durata: 4 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Forni di Sopra

## **SCI ALPINISMO • 2 MARZO 2024**

**FORNI DI SOPRA, PASSO SUOLA**



# **SCI ALPINISMO D'OLTREPIAVE**

Durata: 8 ore

Ritrovo: ore 8:00 Centro visite di Forni di Sopra

## **SCI ALPINISMO • 16 MARZO 2024**

**FORNI DI SOPRA, RIFUGIO GIAF, FORCELLA SCODAVACCA**



# **SCI ALPINISMO A FORCELLA SCODAVACCA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 20:00 Centro visite di Forni di Sopra



**GEOTREKKING • 23 MARZO 2024**  
**TRAMONTI DI SOPRA, POZZE SMERALDINE**



# **GIORNATA MONDIALE DELL'ACQUA: ACQUA E GEOLOGIA**

Durata: 5 ore  
Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Tramonti di Sopra

**ESCURSIONE ESPLORATIVA • 24 MARZO 2024**  
**POFFABRO, MONASTERO, PIAN DE LE MERIE, VAL DI FRINA**



# **UN MONASTERO TRA I MONTI E MORBIDE CAPRETTE**

Durata: 5 ore  
Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Poffabro

**ESCURSIONE BOTANICA, WORK EXPERIENCE**  
**• 30 MARZO 2024**  
**VICO, SALET, MELARIS, TREDOLO**



# **LE PROPRIETÀ MAGICHE DEI PRIMI FIORI DI PRIMAVERA**

Durata: 3 ore  
Ritrovo: ore 15:00 Centro visite di Forni di Sotto



**ESCURSIONE DI PRIMAVERA • 1° APRILE 2024**  
**STRADA DA LIS FORNAS, FORNACE CASA ABIS, MULINO PRADIEL**



## **FIORI E FORNACI: ESPLORARE TRAMONTI DI SOPRA**

Durata: 4 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Tramonti di Sopra

**ESCURSIONE ESPLORATIVA • 7 APRILE 2024**  
**CIMOLAIS, PARCO FAUNISTICO PIANPINEDO, BORGO PALÌN**



## **A TROVARE I CERVI CON I PRIMI TEPORI**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Cimolais

**ESCURSIONE PANORAMICA • 13 APRILE 2024**  
**BOSPLANS, FORCELLA CROUS, MONTE JOUF, CASERA JOUF**



## **IL MONTE JOUF: TRA MONTAGNA E PIANURA**

Durata: 6 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Andreis

**ESCURSIONE PANORAMICA • 20 APRILE 2024**  
**CLAUT, FORRA DEL CIAFURLE, COL DEI PIAIS, CULISEI**



# **COL DEI PIAIS E CULISEI IN PRIMAVERA**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Claut



**LABORATORIO NATURALISTICO • 21 APRILE 2024**  
**FORNASATIS, LANDRIS**



# **LAND ART DI PRIMAVERA**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Poffabro

**GEOTREKKING • 21 APRILE 2024**

**SORGENTI DEL CELLINA, LANDRE SCUR, CASERA CASAVENTO**



# **GIORNATA MONDIALE DELLA TERRA: SENTIERO GEOLOGICO ALTO CELLINA**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Claut



**ESCURSIONE SERALE • 26 APRILE 2024**

**ANDREIS, ALCHEDA**



# **PASSEGGIATA SERALE SOTTO LA LUNA DI ANDREIS**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 18:00 Centro visite di Andreis

**ESCURSIONE HISTORYTELLING • 28 APRILE 2024**  
**DROGNE, VILLAGGIO DEGLI GNOMI**



## **GLI GNOMI E ALTRI PERSONAGGI DELLE LEGGENDE FORNESI**

Durata: 3 ore

Ritrovo: ore 10:00 Centro visite di Forni di Sotto



**ESCURSIONE ESPLORATIVA • 28 APRILE 2024**  
**PECOLAT, PRADIS, PRADIEL, POZZE SMERALDINE**



## **PRATI, ACQUA SPLENDEnte E UN ANTICO MULINO**

Durata: 5 ore

Ritrovo: ore 9:00 Centro visite di Tramonti di Sopra

# LE NOSTRE GUIDE



PER MAGGIORI INFO PUOI CONTATTARE  
DIRETTAMENTE I PROFESSIONISTI  
DELLA MONTAGNA



GUIDA  
NATURALISTICA  
ANTONIO  
COSSUTTA  
TEL. 3296872503



GUIDA  
NATURALISTICA  
LAURA  
FAGIOLI  
TEL. 3495856881



GUIDA  
NATURALISTICA  
FRANCO  
POLO  
TEL. 3348149598



A.GUIDA  
ALPINA  
FRANCESCO  
LORENZI  
TEL. 3401346981



GUIDA  
NATURALISTICA  
ANNA  
LAZZATI  
TEL. 3297967150



GUIDA  
ALPINA  
FRANCESCO  
FAZZI  
TEL. 3282170815



GUIDA  
NATURALISTICA  
FABIANO  
BRUNA  
TEL. 3356191200



GUIDA  
NATURALISTICA  
PIERINO  
PICCO  
TEL. 3472241970



GUIDA  
NATURALISTICA  
LUCA  
BINCOLETTO  
TEL. 3489330112



GUIDA  
NATURALISTICA  
LISETTA  
TOTIS  
TEL. 3331527882





# COME PRENOTARE IL TUO INCONTRO RAVVICINATO CON LA TERRA DI "PARCO OUTDOOR"

Per partecipare alle escursioni e alle attività di **PARCO OUTDOOR** è previsto l'obbligo della prenotazione. Per le modalità di prenotazione siamo a disposizione ai numeri 0427.87333 oppure WHATSAPP 331.6481395 (solo messaggi scritti in orario di ufficio).

Il programma delle attività outdoor e delle escursioni potrà subire variazioni in base alle condizioni ambientali e logistiche.

Le attività outdoor e le escursioni vengono svolte a rischio e pericolo del partecipante. L'Ente Parco non risponde di eventuali danni da infortuni per colpa dell'escursionista.



Per la durata di tutto il calendario è attivo il concorso **CAMMINA E VINCI**: ogni 3 oppure 6 escursioni in regalo un simpatico omaggio.

## Prima di avventurarti in montagna:

- Prepara con cura lo zaino, metti cibo e bevande e un ricambio asciutto. Fai particolarmente attenzione all'abbigliamento in modo che sia appropriato alla stagione. Soprattutto le calzature. Attrezzati in modo adeguato.
- Lascia sempre detto a qualcuno dove ti dirigi indicando l'itinerario, non cambiare l'itinerario durante il percorso e avvisa quando sei rientrato.
- Scegli le escursioni in base alla tua preparazione tecnica e le tue capacità.
- Informati sull'itinerario, studia l'escursione e affidati a una Guida Alpina o Naturalistica.
- Monitora sempre il tempo atmosferico e verifica preventivamente le condizioni del percorso.
- Se ti trovi in seria difficoltà, non farti prendere dal panico: cerca un luogo riparato e attendi i soccorsi.



Alcune escursioni e attività outdoor saranno abbinata a sfiziosi assaggi di prodotti tipici del territorio a cura delle aziende che hanno ottenuto il "Marchio Qualità" del Parco.



IO SONO  
FRIULI  
VENEZIA  
GIULIA



SEMPLICE PER TUTTI



IMPEGNATIVA PER ALLENATI



DIFFICILE PER ESPERTI



[facebook.com/dolomitifriulane](https://facebook.com/dolomitifriulane)



[instagram.com/dolomitifriulane](https://instagram.com/dolomitifriulane)



[youtube.com/dolomitifriulanepark](https://youtube.com/dolomitifriulanepark)



[twitter.com/parcoDF](https://twitter.com/parcoDF)



**Fotografa il QR CODE per  
avere maggiori informazioni  
sulle attività e le escursioni  
di PARCO OUTDOOR.**

**Prenotazione obbligatoria  
WHATSAPP 331.6481395 (orari di ufficio)  
[www.parcodolomitifriulane.it](http://www.parcodolomitifriulane.it)  
[prenotazioni@parcodolomitifriulane.it](mailto:prenotazioni@parcodolomitifriulane.it)**

*FOTO DI DARIO CANCIAN, LAURA FAGIOLI, MARIANNA CORONA, ANNA LAZZATI, LUCA BINCOLETTI, FABIANO BRUNA, MARCO ZATTI, FRANCO POLO, FRANCESCO FAZZI, ANDREA VENDRAMIN, GIOVANNI BERTAGNO, ANTONIO COSSUTTA, PIERINO PICCO, MARCO FAVALLI, GIOIA CARGNELUTTI, MATTEO CIMAROSTI, TERESA BEACCO, GIOVANNI SOLAGNA*