



SENDERISMO EN LOS ALPES JULIANOS

ITALIA

muntania 
Tu agencia de viajes

ÍNDICE

1	Presentación	1
2	Destino	2
3	Datos básicos	2
3.1	Nivel físico requerido para este viaje	3
4	Programa.....	3
4.1	Programa resumen.....	3
4.2	Programa detallado	4
5	Precio. Incluye/ No incluye	7
6	Más información	8
7	Puntos fuertes.....	11
8	Otros viajes similares	11
9	Contacto.....	11

1 Presentación

Friuli constituirá una región histórica italiana que formará parte de Friuli-Venezia Giulia, con **Trieste** como su capital.

Estas áreas serán predominantemente montañosas, comprendiendo las **Dolomitas de Friuli**, los **Prealpes**, los **Alpes Julianos** y los **Alpes Cárnicos**.

Serán territorios de frontera, caracterizados por el contacto e intercambio entre las culturas italiana, eslava y austríaca; asimismo, serán escenarios de conflictos bélicos, destacándose la Primera Guerra Mundial o Gran Guerra como el último y más doloroso enfrentamiento, cuyos intensos combates en dichas montañas dejarán vestigios y cicatrices que perdurarán en el tiempo.

El escritor, botánico y alpinista Julius Kugy, explorador de los Alpes Julianos, representará como nadie la historia de esta región. Nacido en Gorizia en 1858, entonces austríaca y hoy italiana, dominará el alemán, el italiano y el friulano (la lengua retorromance de la región), además de poseer conocimientos de esloveno. Como primer escalador del Jof di Montasio y humanista en sentido amplio, abrirá más de 50 nuevas rutas, experiencias que relatará en sus diarios, donde también criticará las ideas nacionalistas y promoverá la coexistencia pacífica entre los tres pueblos.

En este viaje, seguiremos los pasos de Kugy por esta desconocida y tranquila región italiana que, sin duda, nos sorprenderá.

Nos alojaremos en las pequeñas y tranquilas localidades de **Tarvisio**, situadas a pocos kilómetros de las fronteras con Eslovenia y Austria, que albergarán los valles más impresionantes y los paredones rocosos más destacados de los Alpes Julianos italianos, conformando una unidad morfológica inseparable junto a la parte eslovena.

Nos adentraremos en los densos bosques de hayedos y laricios (alerces), que en esa época comenzarán a mostrar el cambio otoñal de color; exploraremos la vecina Val Saisera, un pequeño valle verdaderamente mágico, y los Lagos de Fusine, ambos delimitados por imponentes paredones calizos como el Jof de Montasio, el Jof Fuart y el Mangart, que no tendrán nada que envidiar a sus equivalentes eslovenos.

Además, realizaremos una incursión en los Alpes Cárnicos (Monte Cavallo) y en el Parque Nacional del Triglav para conocer la Garganta del río Isonzo.

2 Destino

Los Alpes de Friuli, situados en el noreste de Italia dentro de la región de Friuli-Venezia Giulia, ofrecen un paisaje alpino menos conocido, pero profundamente auténtico. Sus valles, como el Val Canale, Val Resia o Val Pesarina, están marcados por bosques densos, montañas escarpadas y pueblos que conservan tradiciones centenarias. Esta región, en la frontera con Austria y Eslovenia, es un punto de encuentro de culturas, lenguas y estilos de vida. La naturaleza salvaje invita al senderismo, al esquí en invierno y a la exploración de sus lagos y gargantas, todo en un entorno tranquilo y sin aglomeraciones turísticas.

La cultura friulana combina influencias italianas, eslavas y germánicas, visibles en sus lenguas locales, festividades y en su rica gastronomía de montaña. Platos como el frico (queso Montasio con patatas), los cjarsons (pasta rellena con hierbas y frutos secos) o el dulce espiralado gubana reflejan esa fusión de sabores antiguos. Las fiestas populares, la música tradicional y la artesanía completan la identidad de una zona que ha sabido conservar sus raíces y que ofrece al visitante una experiencia genuina, lejos del turismo masivo.

3 Datos básicos

Destino: Alpes Julianos. Italia

Actividad: Senderismo

Nivel: NF: B

Duración: 8 días.

Época: Verano y otoño.

Grupo mínimo-máximo: 5-8 personas.

3.1 Nivel físico requerido para este viaje

Nivel físico requerido	
A	Forma física normal, con hábito de caminar No se precisa experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 600 m
A+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 700 m
B	Forma física buena, con hábito de hacer deportes aeróbicos Aconsejable experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.000 m
B+	Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.200 m
C	Forma física muy buena Imprescindible experiencia previa en montaña Desnivel acumulado de ascenso por ruta hasta 1.500 m

Algunas aclaraciones del nivel físico requerido

El nivel físico exigido lo marca el desnivel máximo acumulado a lo largo de una jornada.

El nivel físico exigido no lo marca la etapa con mayor desnivel, lo marca el promedio medio de todas las jornadas que componen la actividad.

El tipo de terreno varía entre terreno relativamente cómodo y sin dificultades, terreno irregular, fuera de camino y terrenos con mayor inclinación. En el caso de que haya algún tramo donde se tenga que usar las manos para superar algún obstáculo o se camine por caminos aéreos se indicará en el programa.

El ritmo de progresión se hace más constante y con descansos más cortos a medida que pasamos del nivel A al nivel C. En ningún caso, es necesario ir corriendo para realizar cualquier actividad en ninguno de los niveles.

4 Programa

A continuación, puede ver el **Programa resumen** (kilómetros, desniveles) y el **Programa detallado** con la descripción de los aspectos más relevantes.

4.1 Programa resumen

Día 1. Vuelo a Venecia. Traslado a Tarvisio. El Sendero de la Gran Guerra.

Distancia 5 km | Desnivel + 300 m | Desnivel – 300 m

Día 2. Subida al Monte Lussari.

Distancia 12 km | Desnivel + 1.000 m | Desnivel – 120 m

Día 3. Refugio Guido Corsi.

Distancia 13 km | Desnivel + 875 m | Desnivel – 875 m

Día 4. Monte Svanezza y lagos de Fusine.

Distancia 10 km | Desnivel + 750 m | Desnivel – 750 m

Día 5. Monte Cavallo.

Distancia 16 km | Desnivel + 900 m | Desnivel – 900 m

Día 6. Garganta del río Isonzo.

Distancia 12 km | Desnivel + 420 m | Desnivel – 420 m

Día 7. Jof di Sompdonga 1.869 m.

Distancia 9 km | Desnivel + 870 m | Desnivel – 870 m

Día 8. Visita de Udine o Venecia y vuelo de regreso.

4.2 Programa detallado

Día 1. Vuelo a Venecia. Traslado a Tarvisio. El Sendero de la Gran Guerra.

Volaremos al aeropuerto de Venecia y nos trasladaremos hasta la población de Tarvisio (210 km, aproximadamente 2 horas). Antes de llegar al hotel, nos dirigiremos a la Val Saisera para realizar una pequeña excursión de gran interés histórico. Entre 1915 y 1917, los Alpes Julianos constituirán un eje fundamental del frente de la Primera Guerra Mundial, o Gran Guerra, como se la denomina en Italia. Aunque los enfrentamientos se desarrollarán principalmente en cotas más elevadas, los austríacos construirán una línea de fortificaciones en la Val Saisera debido al temor de una posible invasión italiana desde la Val Dogana. Durante la ruta, exploraremos algunas de estas fortificaciones.

La ruta atravesará el Parque Temático de la Gran Guerra, inaugurado en 2012 para dar a conocer y preservar el legado histórico presente en la Val Saisera. Nos adentraremos en los túneles del Sasso Bucato y del Fuss Nabois, un importante puesto artillero austríaco.

Distancia 5 km | Desnivel + 300 m | Desnivel – 300 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 2. Subida al Monte Lussari.

La caminata se iniciará dentro del extenso bosque mixto de hayas, laricios y otras coníferas que cubren el valle de la Val Saisera. Cerca del refugio Pellarini, el paisaje se abrirá permitiendo contemplar el impresionante circo montañoso formado por las Cimme delle Rondini, Riofreddo y el Jof Fuart.

Dejando atrás estas formaciones rocosas, nos dirigiremos hacia el collado Sella Prasnig, situado antes de la cima del Cacciatore, que rodearemos para culminar en el Santuario della Madonna di Lussari.

El regreso a Tarvisio se realizará mediante el teleférico.

Distancia 12 km | Desnivel + 1.000 m | Desnivel – 120 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 3. Refugio Guido Corsi.

La ruta será larga, aunque no excesivamente exigentes, discuriendo mayormente a media ladera, ofreciendo una hermosa sucesión de paisajes y ambientes variados.

Estas consistirán en alcanzar el histórico refugio Guido Corsi, ubicado al pie de los imponentes paredones del Jof Fuart. Aunque el recorrido formará parte del Sendero Italia, que atraviesa todo el país, será necesario prestar especial atención en el Passo degli Scalini.

El regreso se efectuará por el mismo camino.

Sella Nevea será una pequeña población situada entre los macizos del Jof de Montasio (2.753 m), la máxima altura de los Alpes Julianos italianos, y el Monte Canin (2.587 m), cima fronteriza con Eslovenia. Bajo las cumbres de ambos macizos se encontrarán dos altiplanos, es decir, mesetas elevadas, notablemente diferentes entre sí.

El altiplano del Canin se presentará como un paisaje kárstico austero, sin grandes paredes rocosas, mientras que el de Montasio mostrará un paisaje de verdes praderas bajo una imponente muralla de picos y agujas, ubicada entre el Jof de Montasio y el Jof Fuart, salpicada por varias “malgas” donde se elaborará el famoso queso de Montasio.

Distancia 13 km | Desnivel + 875 m | Desnivel – 875 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 4. Monte Svanezza y lagos de Fusine.

Comenzaremos recorriendo las orillas inferiores de los lagos, donde tomaremos el sendero del Monte Svabezza, que consiste en un cordal sin cima claramente definida. En un punto determinado, el denso bosque se abrirá dejando un claro desde el cual se podrá disfrutar de una magnífica panorámica de los lagos.

Continuando por el sendero, nuestras vistas se dirigirán hacia las cumbres situadas al fondo del valle, donde sobresaldrá el Mangart, hacia las cuales nos iremos aproximando en dirección al refugio Luigi Zacchi, donde se podrá almorzar.

Desde ese punto, solo restará descender por un sendero amable, que transcurrirá bajo el bosque y que nos conducirá nuevamente a los lagos.

Nota: Debido a la rotura de un pequeño puente que salvaba un paso expuesto, se habilitará un desvío con una pendiente considerable, aunque sin riesgos.

Durante el pleno verano, excursionistas y turistas se congregarán en las orillas de los lagos gemelos de Fusine, los más reconocidos de Friuli, separados por un desnivel de apenas cinco metros.

El terreno calcáreo permeable facilitará el filtrado de las aguas de un lago hacia el otro, para luego desembocar en el río del Lago.

El entorno de los lagos constituirá una verdadera postal natural, rodeado de bosques de abeto rojo y hayas, que comenzarán a cambiar su color en esta época del año, bajo la imponente presencia del Monte Mangart, una auténtica catedral rocosa que no tendrá nada que envidiar a algunas de sus homólogas dolomíticas.

Distancia 10 km | Desnivel + 750 m | Desnivel – 750 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 5. Monte Cavallo.

Los Montes Cavallo di Pontebba serán ampliamente reconocidos entre los escaladores por sus extensas vías en la vertiente sur. La ruta habitual, situada en el norte, no presentará dificultades significativas.

Partiendo desde el Paso del Cason di Lanza, recorreremos el valle de Aip, pudiendo admirar las crestas homónimas que lo delimitan a nuestra izquierda, hasta llegar a la Sella de Aip, desde donde comenzará la loma que nos conducirá a la cima.

Al oeste de los Alpes Julianos italianos se extenderán estas cadenas montañosas, cuyo nombre rememora a los Carnios, un pueblo prerromano de origen celta que habitó la región.

Estas sierras delimitarán la frontera con Austria, la cual, en esta zona, permanecerá inalterada desde el siglo XIX a pesar de los combates de la Gran Guerra, a diferencia de otras áreas de Friuli que dejaron de pertenecer al imperio austrohúngaro para integrarse en Italia.

En la zona más próxima a Tarvisio, el Monte Cavallo di Pontebba será sin duda el sector más atractivo, especialmente si se asciende desde el remoto y salvaje valle de Aip.

Se tratará de un recorrido extenso y probablemente el más exigente del viaje, atravesando una de las zonas más sugerentes y menos frecuentadas de los Alpes Cárnicos.

Distancia 16 km | Desnivel + 900 m | Desnivel – 900 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 6. Garganta del río Isonzo.

Los senderos del río Soca (Isonzo en italiano) recorrerán toda la garganta de su curso alto, entre Bovec y su nacimiento, a lo largo de este importante río esloveno de aguas cristalinas.

Comenzaremos en Trenta y ascenderemos el río hasta su nacimiento, para luego regresar por el mismo itinerario.

Teniendo la frontera con Eslovenia a tan solo unos kilómetros, no dejaremos pasar la oportunidad de explorar el sector esloveno de los Alpes Julianos, que conformarán una unidad morfológica inseparable.

Para ello, habremos seleccionado una zona emblemática que habitualmente no visitamos en nuestros viajes a Eslovenia: el nacimiento del río Isonzo (Soca en esloveno), una de las joyas naturales del país situada en el Parque Nacional del Triglav.

La ruta no presentará un nivel exigente y nos servirá como un descanso para nuestras piernas, que ya acumularán varios kilómetros recorridos.

Distancia 12 km | Desnivel + 420 m | Desnivel – 420 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 7. Jof di Sompdonga 1.869 m.

El Jof di Sompdogna merecerá el esfuerzo debido a las vistas panorámicas que ofrecerá hacia el Jof de Montasio, así como por las sugerentes fortificaciones italianas situadas en su cima, que incluyen un pequeño refugio restaurado.

Durante el recorrido por el bosque, superaremos tramos empinados y algo exigentes; en la zona rocosa no encontraremos grandes dificultades, aunque sí pasajes que requerirán nuestra máxima atención.

En definitiva, será un compendio de todo lo que habremos superado en los días anteriores.

Después de dos jornadas en las que nos habremos alejado de Tarvisio, regresaremos a la cercana Val Saisera, ese bello valle que a estas alturas del viaje ya quedará grabado en nuestro recuerdo.

En esta ocasión, nuestro objetivo será alcanzar la cima del Jof di Sompdogna, de altura modesta pero que presentará algunas pequeñas dificultades en la cima. Allí encontraremos interesantes vestigios de la Gran Guerra y, sobre todo, una vista inolvidable de todas las montañas circundantes, destacando la vertiente norte del Jof di Montasio.

Distancia 9 km | Desnivel + 870 m | Desnivel – 870 m

Alojamiento: Hotel Tarvisio Four Seasons en Tarvisio (MP)

Día 8. Visita de Udine o Venecia y vuelo de regreso.

Visita de Udine o Venecia. Traslado al aeropuerto y regreso a España. Fin del viaje.

5 Precio. Incluye/ No incluye

Precio: 1.375 €.

Suplemento habitación individual: +175 €

Incluye

- Transporte durante el viaje.
- Guía de Muntania durante todas las jornadas.
- 5 noches de hotel en habitación doble en régimen de media pensión (cena y desayuno).
- Teleférico de Lussari (descenso).
- Seguro de accidentes y rescate.
- Gestión de reservas.

Alojamientos en el [Hotel Tarvisio Four Seasons](#)

No incluye

- Billete de avión (posibilidad de gestionarlo a través de Muntania 25€).
- Almuerzos (se harán en ruta).
- Bebidas no incluidas en los menús concertados.
- Cualquier actividad adicional.
- Entradas a sitios o lugares históricos.
- Nada que no esté especificado en el apartado “incluye”.

6 Más información

Material y ropa necesaria para las excursiones

- Mochila de día (entre 25-35 litros).
- Botas tipo trekking o zapatillas de montaña (recomendamos no usar zapatillas de correr en montaña).
- Ropa técnica:
 - Calcetines.
 - Pantalón corto y largo ligero tipo trekking.
 - Camiseta térmica (primera capa).
 - Forro polar o similar (segunda capa).
 - Chaqueta de primaloft o plumas ligera y fina.
 - Chaqueta tipo Gore-Tex (tercera capa).
 - Gorra para el sol.
- Gafas de sol.
- Cantimplora o bolsa de agua tipo Camelback mínimo 1 litro.
- Botiquín y neceser personal.
- Crema solar y protección labial.
- Cámara de fotos.
- Bastones telescópicos (si habitualmente los utiliza).

Rogamos sean comedidos con el tamaño de su maleta ya que el espacio del vehículo así lo requiere, además de que necesitará pocas prendas de recambio tras finalizar las excursiones.

Flexibilidad de fechas

Siempre planteamos varias salidas con varias fechas, pero también adaptamos los viajes a su disponibilidad. Por tanto, no dude en consultarnos si las fechas no le cuadran y adaptaremos una salida para usted.

Hora y lugar de encuentro

Entre 7 a 5 días antes del inicio del viaje le mandaremos información del lugar y hora de encuentro, así como del nombre y teléfono del guía que acompañará al grupo. Además, mandaremos más información útil que le facilitará los preparativos finales.

Billete de avión

A la hora de hacer la reserva podrá ver algunas propuestas de vuelos y el coste cuando se programó el viaje. Antes de comprar el billete comprobamos si hay mejores opciones para que le salga más económico.

Si está interesado en que gestionemos su billete tendrá que marcarlo en la reserva donde verá distintas opciones en función de su lugar de residencia. Si no ve las propuestas de vuelo, una vez confirmemos el viaje recibirá información de opciones de vuelo.

Si cuando hagamos la compra de su vuelo, el precio de este difiere bastante de la propuesta le informaremos para que nos de su confirmación. Con nuestros buscadores intentamos localizar la mejor opción y la más económica.

Si no nos dice nada al respecto, compraremos su billete con una maleta en bodega.

Muntania Outdoors cobra 25 € en concepto de gastos de emisión del billete en el caso de que se opte por que seamos nosotros los que la compra. Si la compra de su vuelo requiere más de dos compras (por ejemplo, porque la ida sea con una compañía y la vuelta con otra) el coste será de 30 €.

Este servicio no incluye gestiones para hacer el check-in previo a su vuelo (lo tendrá que hacer usted).

Si por cualquier motivo, ajeno a Muntania Outdoors, usted tuviera que cancelar su vuelo, será responsabilidad suya hacer los trámites con la compañía aérea.

Si la compañía aérea cancela su vuelo y nos da otra opción similar aceptaremos el cambio en el caso de que nos llegue la información a nosotros sin tener que consultarle y le mandaremos el nuevo horario. Si le llega a usted es responsabilidad suya aceptar el cambio y si no está de acuerdo con el nuevo horario tendrá que rechazar el cambio.

Si la compañía aérea cancela su vuelo, le haremos la devolución una vez reembolsen el dinero que costó el billete. Si la compañía aérea cancela su vuelo y quiere reclamar, será usted el que realice los trámites que le pidan realizar.

En el caso de que quiera que le gestionemos otro vuelo, al tratarse de una tramitación de un nuevo billete, tendrá un coste de 25 € adicionales.

Si es usted el que compra su vuelo, rogamos nos consulte los horarios para una mejor coordinación de las horas de llegada y salida con el resto del grupo. Recomendamos que, si el viaje requiere escalas, siempre compre el billete completo bien a través de una compañía aérea que opere en todos los tramos del trayecto con sus propios aviones o con otras compañías que formen parte de la alianza de compañías a la que pertenece y por tanto la compra se haga con un solo pago. Si, por el contrario, opta por comprar un trayecto de ida o vuelta en la que hay escalas y cada escala supone una compra con distintas compañías, en caso de que una compañía cancele el vuelo o llegue con retraso impidiendo coger el siguiente vuelo, será difícil o imposible que una compañía se haga responsable de la pérdida del siguiente vuelo. La opción de la ida con una compañía distinta a la de vuelta también puede ser una opción para encontrar mejores horarios.

Recomendamos que en la mochila de cabina lleve lo indispensable para que si no llega su maleta pueda realizar las excursiones.

Los bastones no se pueden llevar en cabina, tendrá que facturarlos.

Habitación doble/individual

Tiene la opción de habitación individual si hay disponibilidad. Ruego nos solicite información al respecto en el caso de que esté interesado.

Si no quiere pagar el suplemento de habitación individual, ruego nos comunique que quiere habitación compartida. Dependerá de que otra persona también esté interesada en compartir tomando como orden la fecha en el que hace el pago de la reserva. Siempre que podamos se compartirá habitación con alguien del mismo sexo, pero si no es así, previamente le avisaremos para que tome la decisión de compartir con alguien de distinto sexo o bien elegir individual. Si el grupo queda impar y todos quieren compartir habitación, la última persona en apuntarse tendrá que pagar suplemento de individual.

Seguro de viaje incluido

La actividad tiene **incluido un seguro de viaje** con **Iris Global** que incluye:

- Rescate hasta 6.000 €
- Gastos médicos por enfermedad o accidente: hasta 30.000 € (opción de contratar una cobertura mayor, consultar).
- Repatriación o transporte sanitario: ilimitado.
- Regreso anticipado por causas justificadas: ilimitado.
- Pérdida, robo o daños de equipaje: hasta 600 €.

También tiene la opción de contratar un **seguro de cancelación** por causas justificadas con el **seguro Iris Global** que le incluimos en el viaje con un coste de 20 € por cada 1.000 € asegurados con un **máximo asegurado de 3.000 €**. La contratación tiene que hacerse en el momento de la reserva de su viaje. Si no se hace en tiempo hay **72 horas de carencia** en el que en caso de tener que cancelar por una causa justificada no le cubriría.

Además, ofrecemos un **seguro anual con Intermundial** que además de cubrir su viaje también cubre cualquier otro viaje dentro del periodo de contratación de este. **Intermundial** también ofrece este seguro con **la opción de cancelación** por las causas justificadas en sus condiciones.

Consulte los precios y condiciones en el siguiente enlace: [Información de seguros](#)

Seguro de viaje incluido

* Teléfono de asistencia 24h de Iris Global: 91 572 43 43

** Cualquier otra comunicación relacionada con el siniestro con la compañía aseguradora será responsabilidad del accidentado.

*** Según donde ocurra el incidente, si el centro médico o cualquier otra entidad que actúa en el accidente pide el pago de alguna cantidad de dinero, será el accidentado el que tendrá que abonarlo. Posteriormente el accidentado tendrá que ponerse en contacto con la aseguradora para reclamar la devolución del importe

pagado. En cualquier caso, Muntania Outdoors S.L.U. (Grupo Global Adventure Team S.L.) no es responsable de adelantar cualquier pago requerido por rescate o asistencia.

Otras cuestiones

La selección de los itinerarios puede sufrir cambios por motivos meteorológicos o por cualquier otra causa que haga no seguro el recorrido. En ese caso el guía del viaje buscará la mejor de las alternativas posibles.

El orden de los itinerarios se puede alterar respecto al programa previo por un tema de disponibilidad hotelera a la hora de confirmarse el viaje.

Enlaces de interés

- [Alpes de Friuli](#)
- [Alpes julianos Eslovenia](#)

7 Puntos fuertes

- Grupo reducido (de 5 a 8 personas).
- Paisajes de gran diversidad.
- Parques naturales protegidos.
- Pueblos con encanto.
- Ambiente tranquilo.
- Gastronomía local.

8 Otros viajes similares

- Piamonte y Gran Paradiso
- El Tirol austriaco
- Senderismo en las Dolomitas de Brenta

9 Contacto

Muntania Outdoors/Geographica. Grupo Global Adventure Team S.L (CICMA 4720)

+34 629 379 894 info@muntania.com www.muntania.com www.geographica.es

c/ de Miguel Yuste, N.º 3, 3E 28037 Madrid