



ITINERARIO MONUMENTALE LA VITA DEL BORGO



Partenza: **Parcheggio di San Rocco, Polcenigo**
Lunghezza: **3,5 km**
Dislivello: **D+ 62 m**
Difficoltà: **Turistico**
Quota massima: **91 m slm**

Passeggiando lungo le vie del "borgo" di Polcenigo si percepisce un'atmosfera ricca di storia e tradizione, unita ad un'elevata componente naturalistica del territorio. La preziosità del paesaggio è arricchita da particolari tipici del luogo e dei borghi sottostanti: il colle del castello, il corso d'acqua del fiume Gorgazzo, gli eleganti palazzi storici, le chiese e l'antica torre della Chiesa di San Rocco.



ITINERARIO DELLE SORGENTI ANELLO DELLE SORGENTI



Partenza: **Parcheggio Loc. Santissima**
Lunghezza: **7,2 km**
Dislivello: **D+ 80 m**
Difficoltà: **Turistico**
Quota massima: **122 m slm**

Il sentiero parte nel sito Unesco di Palù di Livenza e delle sorgenti della Santissima, risale verso la zona pedemontana di Coltura, fino ad arrivare alla sorgente del Gorgazzo, per poi proseguire nel centro storico di Polcenigo, e tornare al punto di partenza lungo il percorso naturalistico alle pendici del colle di San Floriano. Gran parte del percorso si sviluppa su strada sterrata e asfaltata, adatto a famiglie e a escursionisti non esperti per un tempo di percorrenza complessivo di 2h e 30min. Si possono godere bellezze naturalistiche e architettoniche uniche. L'anello delle sorgenti è annoverato nel progetto regionale di Ancl FVG 10000 passi in salute come esempio di percorso eccellenza regionale.



ITINERARIO NATURALISTICO MARCITE E SAN FLORIANO



Partenza: **Parcheggio Parco Rurale di San Floriano**
Lunghezza: **6,3 km**
Dislivello: **D+ 163 m**
Difficoltà: **Turistico**
Quota massima: **156 m slm**

Un itinerario attorno al Colle di San Floriano, una zona che si contraddistingue per la variegata flora e fauna e i numerosi elementi che raccontano la storia di oltre cento anni fa: abitudini contadine e testimonianze storiche della Prima Guerra Mondiale.



RISTORANTI PIZZERIE TRATTORIE

- | | | |
|--|---|--|
| 1. AL FARO
/ Pizzeria Ristorante
T 0434 74423 | 8. EDEN
/ Ristorante
T 0434 749013 | 15. PARCO RURALE DI SAN FLORIANO
/ Ristorante
T 331 8913299 |
| 2. AL VECCHIO CAFFÈ
/ Pizzeria
T 0434 74013 | 9. EL MORDISCO
/ Pizzeria Ristorante
T 0434 748778 | 16. LOCANDA FULLINI-ZAIA
/ Ristorante
T 331 8913299 |
| 3. ALLA FONTANIVA
/ Ristorante
T 0434 74214 | 10. BAR SORGENTE
/ Ristorante
T 0434 74296 | 17. OSTARIA AL PARCO
/ Ristorante
T 331 8913299 |
| 4. CIAL DE BRENT
/ Ristorante
T 0434 745777 | 11. LA SANTISSIMA
/ Ristorante
T 0434 74185 | 18. LA TAVERNA
/ Slow Shop & Bar
T 331 8913299 |
| 5. DA GENIO
/ Pizzeria Ristorante
T 0434 745901 | 12. MARCANDELLA
/ Trattoria
T 0434 74520 | 19. CAFÈ TITO
/ Ristorante
T 338 4564532 |
| 6. DA PASCON
/ Pizzeria Ristorante
T 0434 74225 | 13. OFFICINA DEL GUSTO
/ Trattoria
T 0434 749635 | |
| 7. DA REGINA
/ Ristorante
T 0434 74586 | 14. STELLA
/ Ristorante
T 0434 74008 | |

ALBERGO DIFFUSO POLCENIGO S.R.L.

RECEPTION Piazza Plebiscito, 22 - Polcenigo - 33070 (PN)
PER INFO E PRENOTAZIONI Tel. 0434 1856016 - Cell. 331 9002380 - E-mail info@adpolcenigo.it - www.adpolcenigo.it

- | | | |
|---|--|---|
| A. CASA BARNARD
Via Canisiglio 30, Fraz. Coltura | D. BORGO VITTORIO
Via Saclie 7/1, Fraz. San Giovanni | G. PALAZZO LACCHIN
Via Roma 10, Polcenigo |
| B. CJASA DE VIOLA E DE SOFIA
Vicolo Riva 29, Fraz. Mezzomonte | E. CA' BIANCA
Via Coltura 3, Polcenigo | H. CASA RIGO
Via Pedemontana 39, Fraz. Ranz |
| C. DIMORA AL BROLO
Via San Giovanni 10/A, Polcenigo | F. CASA BLAS
Piazza Fontana 5C-5D-5E, Fraz. Coltura | I. CASA ZOLDAN
Piazza Chiesa 3, Fraz. Coltura |

BED AND BREAKFAST

- | | | |
|---|---|--|
| GORGAZZO DI CELANT VANDA
Via Gaulliana, 32 - Fraz. Gorgazzo
T 0434 749593 | PARCO RURALE DI SAN FLORIANO
Via San Rocco, 9
Loc. San Floriano, 2
T 331 8913299 | CASA IN BORGO
Via San Rocco, 9
T 331 1288459 |
|---|---|--|

PALAZZO SCOLARI DI SALICE ANNA
Via Gorgazzo 2 Polcenigo
T 0434 74100

INFORMAZIONI E NUMERI UTILI

Comune di Polcenigo
0434 74001
www.comune.polcenigo.pn.it
www.polcenigo.org
Guida turistica Fvg - Simonetta De Paoli
339 8503043
86260simonetta@gmail.com
Salotto Olistico
349 280959 - santinrob@gmail.com

Guida Prealpi Canisiglio hiking snc
370 1107202
prealpicansigliogmail.com

Soccorso alpino e Speteologico Italiano
118

Corpo Forestale Regionale
stazione di Polcenigo
0434 951435



PRIMA DI PARTIRE RISCALDATI



1. Esegui una piccola marcia sul posto



2. Alza le braccia verso l'alto e allungati come a voler toccare il cielo



3. Esegui delle torsioni laterali del busto a destra e a sinistra



4. Sciogli le caviglie compiendo dei piccoli cerchi un piede alla volta

A ESCURSIONE CONCLUSA ALLUNGATI



1. Allunga il quadricipite afferrando il piede all'altezza del gluteo



2. Allunga la catena posteriore, ripeti per entrambe le gambe



3. Allunga l'interno coscia, ripeti per entrambe le gambe



4. Allunga il busto con piegamenti laterali a destra e a sinistra

ITINERARIO MONTANO L'ANELLO DI MEZZOMONTE



Partenza: **Parcheggio della Chiesa di Mezzomonte**
Lunghezza: **4,4 km**
Dislivello: **D+ 175 m**
Difficoltà: **Turistico**
Quota massima: **609 m slm**

Una passeggiata per immergersi nella parte più sconosciuta del territorio comunale. Grazie alla sua posizione geografica appartata, la frazione di Mezzomonte si è preservata meglio sia a livello paesaggistico che di conservazione degli habitat naturali, rispetto alle località sottostanti.



ITINERARIO PALEONTOLOGICO SULLE TRACCE DEL DINOSAURO



Partenza: **Parcheggio Ex Ristorante Da Stale**
Lunghezza: **2,6 km**
Dislivello: **D+ 339 m**
Difficoltà: **Escursionistico**
Quota massima: **645 m slm**

Un'escursione per raggiungere il sito dove, nel 2018, Giuseppe Minatelli fece una scoperta incredibile: un'impronta di un dinosauro, ancora ben visibile e conservata. La salita nel bosco permetterà, inoltre, di scoprire strade e antichi manufatti per il trasporto del legname a valle.



ITINERARIO ARCHEOLOGICO LA VOCE DEGLI ANTICHI



Partenza: **Parcheggio Loc. Santissima**
Lunghezza: **2,8 km**
Dislivello: **D+ 11 m**
Difficoltà: **Turistico**
Quota massima: **42 m slm**

Una passeggiata nell'area a valle del fiume Livenza. Immersi nella splendida cornice del bosco naturale di questa zona umida e paludosa, si potrà rivivere la magia dei nostri Avi che per millenni abitarono le sponde di questo antico bacino sulle palafitte del Sito UNESCO del Palù di Livenza.



Partenze itinerari

-  ITINERARIO MONUMENTALE
LA VITA DEL BORGO
-  ITINERARIO DELLE SORGENTI
ANELLO DELLE SORGENTI
-  ITINERARIO NATURALISTICO
MARCITE E SAN FLORIANO
-  ITINERARIO MONTANO
L'ANELLO DI MEZZOMONTE
-  ITINERARIO PALEONTOLOGICO
SULLE TRACCE DEL DINOSAURO
-  ITINERARIO ARCHEOLOGICO
LA VOCE DEGLI ANTICHI

Legenda

-  Parcheggio
-  Punti ristoro
-  Camper

