



Sede CAI Monfalcone
Via Marco Polo, 7
34074 Monfalcone (GO)
tel e fax 0481 480 292

Orario sede
Martedì: 17.30 - 19.30
Giovedì: 20.30 - 22.30

escursionismo@caimonfalcone.org

Collina dei Delfini e cima di Mizza 501 m Prealpi Carniche Domenica 23 novembre 2025

COMMISSIONE ESCURSIONISMO

RITROVO: ore 07:45 parcheggio
Ospedale San Polo

PARTENZA: ore 08:00 con mezzi propri

PARTENZA ESCURSIONE: Preplans (280
mt.)

ARRIVO ESCURSIONE: stessa località

DIFFICOLTÀ: E

DISLIVELLO: 400m

TEMPO DI PERCORRENZA: 4,5h circa

CARTOGRAFIA: Tabacco 028 Val
Tramontina – Val Cosa – Val d'Arzino
1:25 000

ISCRIZIONI: giovedì 20 novembre ore
21:00 in sede

ABBIGLIAMENTO: adeguato alla
stagione

ATTREZZATURA: bastoncini
telescopici, eventuali ramponcini

DIRETTORI ESCURSIONE:
Andrea Ferfaglia
Carlo Rosmann

ISCRIZIONE NON SOCI:
Previo pagamento assicurazione
Infortunio: 8,40 euro
Soccorso Alpino: 4,55 euro
Totale: 12,95



DESCRIZIONE DELL'ITINERARIO:

Dal parcheggio presso il borgo di Preplàns si scende per la strada asfaltata percorsa in auto fino al ponte sul fiume Meduna dove, se l'alveo del fiume lo consente in base alla portata, si raggiunge un affioramento roccioso dove recentemente sono stati trovati fossili appartenenti a dei cetacei molto simili agli odierni delfini.

Tornati al ponte si procede lungo un sentiero che procede lungo la destra orografica del Meduna, fino a giungere ad un terrazzo panoramico sulla vallata e, successivamente, ad un bivio dove inizia una ripida salita nel bosco verso le borgate di Mas, Vescovi e Grilli.

Dopo aver raggiunto i minuscoli borghi, si prende per un breve tratto la strada asfaltata ma la si abbandona subito per prendere sulla destra un sentiero che sale nuovamente ripido nel bosco fino a raggiungere la sottile linea di cresta, che la si segue fino a raggiungere la minuscola e poco conosciuta vetta della Cima di Mizza, che ospita anche i pochi ruderi del castello di Mizza (ottimo panorama sui monti della Val Tramontina e sul Raut). Dalla cima si scende ripidamente fino alla borgata di Vescovi.

Da qui si ritorna lungo lo stesso itinerario dell'andata, per poi visitare il piccolo borgo medievale di Preplans, uno dei meno conosciuti del Friuli.