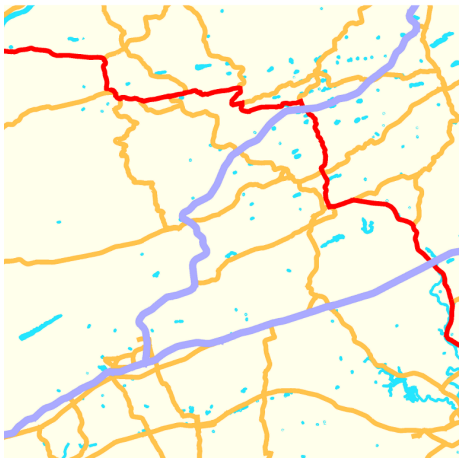


SUMMER ST. OLAV WAY

stile :	Cammini Viaggi a Piedi Autoguidato
difficoltà :	
durata :	14 giorni
periodo:	Giu Lug Ago
codice:	NOR01

Il Cammino di Sant'Olav, da Dovre a Trondheim - Norway

14 giorni, PREZZO DA *€ 1884*



Questo viaggio straordinario segue uno dei tratti più iconici del Cammino di Sant'Olav, l'antica via di pellegrinaggio che conduce a Trondheim, dove un tempo si trovava il santuario del patrono di Norvegia, Olav II.

Il percorso inizia a Dovre, ai margini dell'altopiano del Dovrefjell, e attraversa paesaggi aperti e potenti: **montagne, vallate silenziose, foreste e campagne rurali.** Giorno dopo giorno, il cammino conduce verso la Cattedrale di Nidaros, cuore spirituale del pellegrinaggio e traguardo carico di significato.

Che tu sia attratto dalla natura, dalla storia o semplicemente dal desiderio di rallentare, questo viaggio a piedi in autonomia **offre un contatto profondo con la Norvegia più autentica e selvaggia**. Il trasporto bagagli è disponibile, per permetterti di concentrarti sul cammino e non sul peso dello zaino.

Itinerario

Giorno 1 Arrivo a Dovre (circa 4 km)

Arrivo a Dovre, facilmente raggiungibile in treno o autobus. Dalla stazione, una breve e semplice passeggiata conduce alla struttura in cui pernotti, a seconda della sistemazione prevista. Una prima giornata tranquilla, ideale per ambientarsi e prepararsi ai giorni di cammino.

Giorno 2 Dovre – Fokstugu (circa 16 km)

Si comincia a salire sull'altopiano del Dovrefjell, seguendo l'antica Strada Reale, percorsa per secoli da viaggiatori e pellegrini. Il punto più alto della tappa è Allmannrøysa, a 1210 metri: un tempo i pellegrini vi lasciavano una pietra in segno di passaggio. Dopo aver attraversato questi paesaggi aperti e battuti dal vento, scendi verso Fokstugu Fjellstue, una storica locanda di montagna dove passerai la notte.

Giorno 3 Fokstugu – Hjerkinn (circa 25 km)

Una giornata più lunga ma ricca di varietà. Il sentiero segue il fiume Foksåa tra valli tranquille e foreste di betulle, offrendo splendide vedute sul Dovrefjell. Passerai vicino alla riserva naturale di Fokstumyra, famosa per il birdwatching, e lungo le rive del Lago Avsjøen. Raggiungerai infine Hjerkinn, dove potrai visitare la moderna Eysteinkyrkja, ispirata alla montagna di Snøhetta e dedicata a Sant'Olav.

Giorno 4 Hjerkinn – Kongsvold (circa 12 km)

Una tappa più breve ma panoramica. Dopo aver visitato ancora una volta Eysteinkyrkja, risalirai il sentiero che attraversa Hjerkinnhø, fino a raggiungere i 1288 metri di altitudine. Da lì, potrai ammirare le montagne del Rondane e Snøhetta. Pernotterai a Kongsvold Fjeldstue, una delle locande di montagna più antiche della Norvegia, dove ti aspetta una cena del pellegrino in un ambiente accogliente e ricco di storia.

Giorno 5 Trasferimento a Oppdal

Una pausa meritata: oggi prendi il treno da Kongsvold a Oppdal, una cittadina montana vivace e rilassata. Avrai tempo per passeggiare nel centro, gustare un caffè o visitare la chiesa in legno poco fuori città. Una giornata perfetta per ricaricare le energie prima della seconda parte del cammino.

Giorno 6 Da Oppdal a Havdal (circa 27 km)

Lasci Oppdal alle spalle e rientri in un ambiente più rurale e silenzioso. Il percorso attraversa campi coltivati e boschi, con frequenti panorami sulle ampie vallate circostanti. Cammini lungo grusveier (strade agricole in ghiaia) e sentieri erbosi, trovando un ritmo regolare che accompagna l'intera giornata fino a Havdal.

Giorno 7 Havdal – Stamnan (circa 16 km)

Prosegui nella suggestiva Valle dell'Orkla, dove il fiume serpeggia tra fattorie sparse e pendii coperti di pini. Dopo l'attraversamento del fiume a Skjepphaugen, puoi scegliere tra un sentiero più ripido ma panoramico o una variante più facile lungo il corso d'acqua. Entrambe conducono alla tranquilla località di Stamnan.

Giorno 8 Stamnan – Rennebu (circa 14 km)

Il cammino attraversa boschi e conduce verso Rennebu. Dopo un breve tratto lungo la strada 700, il sentiero risale tra le colline, passando accanto a tipiche trønderlån, le tradizionali case agricole allungate della regione del Trøndelag. Una giornata ricca di atmosfera rurale e identità locale.

Giorno 9 Rennebu - Meldal (circa 18 km)

Una tappa varia e piacevole tra boschi, pascoli e tratti lungo il fiume Orkla. Il sentiero è ben segnalato e di difficoltà moderata, offrendo un perfetto equilibrio tra natura e testimonianze della vita locale fino all'arrivo a Meldal.

Giorno 10 Meldal – Gumdalen (circa 19 km)

Attraversi la campagna tipica del Trøndelag, passando per l'antico villaggio minerario di Løkken Verk, un tempo importante centro industriale. Il cammino prosegue poi tra paesaggi rurali fino a raggiungere la sistemazione in fattoria a Gumdalen.

Giorno 11 Gumdalen – Skaun (circa 21 km)

Il percorso costeggia il Lago Solsjøen e la fattoria di Korslia, raggiungendo poi un accogliente rifugio per pellegrini soprannominato "il salotto", perfetto per una pausa. Il sentiero continua attraverso torbiere tranquille, un tempo percorse solo dai pellegrini estivi, prima di entrare nei boschi che conducono a Skaun.

Giorno 12 Skaun – Øysand (circa 18 km)

A Skaun mancano solo 38 chilometri a Nidaros. Cammini tra campi e prati passando da Husaby, sito di grande importanza storica durante l'epoca vichinga. Il percorso è tranquillo e ti accompagna dolcemente verso la zona costiera nei pressi di Øysand.

Giorno 13 Øysand – Trondheim (circa 24 km)

L'ultima tappa comincia con una breve salita, seguita da sentieri nel bosco e infine nelle vie della città. E poi compare all'orizzonte: la Cattedrale di Nidaros, punto d'arrivo e simbolo del pellegrinaggio. L'emozione dell'arrivo rende questo giorno davvero speciale.

Giorno 14 Partenza da Trondheim

Anche se il cammino è terminato, Trondheim merita di essere vissuta. Potrai passeggiare lungo il porto, visitare la cattedrale o semplicemente goderti l'atmosfera accogliente della città. È il finale perfetto per un viaggio che lascia il segno.

Informazioni pratiche

Arrivare a Dovre (inizio del cammino):
Il modo più comodo per raggiungere Dovre è in treno. Ci sono collegamenti frequenti sia da Oslo che da Trondheim, operati da SJ Norge (ex Vy). Da Oslo a Dovre il viaggio dura circa 4,5–5 ore, mentre da Trondheim circa 3,5 ore. Il treno attraversa paesaggi spettacolari ed è un'ottima scelta per iniziare il cammino in modo rilassato e sostenibile. Dalla stazione di Dovre, puoi raggiungere a piedi il tuo primo alloggio a Budsjord.

In aereo dall'Italia:
Dall'Italia ti consigliamo di volare su Oslo Gardermoen (OSL) o Trondheim Værnes (TRD). Oslo ha più collegamenti diretti con le principali città italiane (Milano, Roma, Venezia, Pisa, Bologna...), ma anche Trondheim è ben servita, spesso con uno scalo. Una volta atterrato, potrai proseguire facilmente in treno fino a Dovre. Entrambi gli aeroporti sono collegati direttamente alle stazioni ferroviarie principali.

Ripartire da Trondheim (fine del cammino):
Il tuo cammino termina a Trondheim, una città vivace e ben collegata. Da qui puoi volare direttamente verso l'Italia (alcune tratte stagionali) oppure fare scalo a Oslo. L'aeroporto di Trondheim Værnes si trova a circa 30 minuti dal centro città, raggiungibile facilmente in treno, bus espresso o taxi.

In alternativa, puoi tornare a Oslo in treno (circa 7 ore) e ripartire da lì. Ti consigliamo di prenotare i biglietti del treno in anticipo, soprattutto nei mesi estivi.

Incluso

Cosa è incluso

- Sistemazioni in camera doppia in strutture per pellegrini, che spaziano da soluzioni semplici a sistemazioni più confortevoli. Rifugi, B&B, hotel e varie tipologie di alloggio lungo il percorso.
- Pasti (10 colazioni, 9 pranzi al sacco, 8 cene)
- Biancheria da letto
- Biglietto del treno Kongsvold-Oppdal
- Guide e indicazioni dettagliate, app
- Assistenza telefonica 24 ore
- Assicurazione medico-bagaglio

Cosa non è incluso

- Cene, la maggior parte dei pranzi al sacco, colazione a Selje
- Biglietti per traghetti, aerei e treni - ma vi verrà consigliata l'opzione migliore per il viaggio
- Trasporto bagagli (opzionale)
- Assicurazione di Annullamento
- Tassa Turistica
- Trasporto alla prima / ultima sistemazione
- Qualsiasi spesa extra come bevande, chiamate, transfer extra, mance ecc
- Qualsiasi cosa che non sai stata menzionata nello specifico nel programma
- Cene, pranzi al sacco dove non menzionati, colazione a Selje

Servizi Opzionali

- Notti extra in qualsiasi tappa nel programma
- Supplemento Camera Singola
- Supplemento viaggiatore solo
- Trasporto Bagagli
- Transfer Aeroportuali