




#### ST. OLAV WAY CAMINOS

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

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

14 giorni, Prezzo Su richiesta



Goditi la parte più incantevole del **cammino di Sant'Olav** - l'antico pellegrinaggio che conduce a Trondheim e la sua Cattedrale, per onorare il Santo Patrono della Norvegia, Olav II. La tua avventura inizia a **Dovre**: qui, la montagna lascia rapidamente posto a foreste incantate, valli percorse da fiumi, campi coltivati pervasi da una grandissima pace, e villaggi accoglienti. **Ogni passo ti conduce sempre più vicino alla Cattedrale di Nidaros, il cuore spirituale del cammino.**

Un percorso in cui natura e storia si uniscono, pacifico come pochi altri in Europa, **nel cuore verde della Norvegia**, dall'incantevole panorama offerto da Dovrefjell fino alla meravigliosa Trondheim, con la sua cattedrale, tra le città più caratteristiche della Norvegia.

## Itinerario

### Giorno 1 Arrivo a Budsjord (circa 4,5 km)

Il tuo cammino inizia con una breve passeggiata dalla stazione ferroviaria fino all'alloggio a Budsjord — un luogo tranquillo ai piedi delle montagne del Dovrefjell. È un'introduzione dolce al viaggio, che ti permette di ambientarti, respirare l'aria di montagna e goderti la tua prima serata immerso nella quiete norvegese.

### Giorno 2 Budsjord – Fokstugu (circa 14,5 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 – Hjerkin (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 Hjerkin, dove potrai visitare la moderna Eysteinkyrkja, ispirata alla montagna di Snøhetta e dedicata a Sant'Olav.

### Giorno 4 Hjerkin – 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 Oppdal – Hæverstølen (circa 24 km)**

Lasci alle spalle Oppdal e ti immergi in un paesaggio più silenzioso e rurale. Il sentiero attraversa campi coltivati e boschi leggeri, con montagne sempre all'orizzonte. Camminerai su strade sterrate e sentieri erbosi, in un ambiente tipico norvegese, tra natura e tradizione.

#### **Giorno 7 Hæverstølen – Stamnan (circa 17 km)**

Segui il fiume Orkla attraverso le dolci vallate e i pendii coperti di pini. Attraversato il ponte a Skjepphaugen, potrai scegliere tra un sentiero panoramico in salita o un percorso più tranquillo lungo il fiume. Entrambi ti porteranno a Stamnan, un villaggio sereno nel cuore della valle.

#### **Giorno 8 Stamnan – Hol (circa 22,5 km)**

Attraversi i boschi fino a Rennebu, poi prosegui salendo tra campi e fattorie. Lungo la strada vedrai i tipici trønderlån, le lunghe case rurali in legno della regione del Trøndelag. Il paesaggio è ampio, punteggiato da dettagli della vita contadina norvegese. Hol ti accoglie con la sua calma e semplicità.

#### **Giorno 9 Hol – Løkken Verk (circa 19 km)**

La giornata ti porta attraverso Meldal e verso Løkken Verk, antica cittadina mineraria. Il sentiero è per lo più pianeggiante, ma include alcune salite nei pressi dei vecchi impianti di fusione di Malmplassen. È un percorso tra natura e archeologia industriale, con scorci interessanti e un ritmo piacevole.

#### **Giorno 10 Løkken Verk – Gumdalen (circa 9 km)**

Una tappa breve per riposare e rallentare. Potrai visitare i resti della fonderia a Malmplassen e scoprire una pietra miliare che segna 61 km all'arrivo. È il momento perfetto per concedersi una pausa e godersi la semplicità del cammino.

#### **Giorno 11 Gumdalen – Skaun (circa 21 km)**

La giornata inizia costeggiando il Lago Solsjøen e passando per la fattoria Korslia. Troverai anche un rifugio accogliente in stile "salotto" dove fare una sosta. Il sentiero attraversa un'area di torbiere un tempo usata dai pellegrini estivi, prima di rientrare nei boschi e condurti 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 21 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**

---

Cene e pranzi al sacco non sono inclusi in questo pacchetto, per lasciarti la libertà di decidere dove mangiare, e cosa. L'eccezione è l'isola di Kinn, dove ti aspetterà un cesto di ingredienti per prepararti il pranzo che desideri. La colazione è inclusa a Bergen, Eivindvik, Leirvik, Florø and Kalvåg.

### **Cosa è incluso**

- Sistemazioni in camera doppia in sistemazioni pellegrine, che variano da semplici a molto confortevoli. Capanne, B&B, hotel e qualsiasi cosa in mezzo.
- Pasti come descritto sopra
- Esperienza Vichinga a Vyllestad
- Tour guidato di Kinn
- Viaggio in barca e tour di Selja (non disponibile in tutte le stagioni)
- Biancheria da letto
- Guide e indicazioni dettagliate
- Assistenza telefonica 24 ore

### **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 sia 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