

Slovinským Krasem k Jadranu		zákl. trasa		převýšení	klesání
základní trasa	poznámka	km		m	m
1.den programu		49		239	-1119
2.den programu		84		655	-890
3.den programu		76,5		940	-465
4.den programu		88		163	-658
5.den programu		26		200	-200
<b>celkem</b>		<b>323,5</b>		<b>2197</b>	<b>-3332</b>

Slovinským Krasem k Jadranu		kratší trasa		převýšení	klesání
kratší trasa	poznámka	km		m	m
1.den programu		37		0	-846
2.den programu		41		655	-780
3.den programu		47,5		400	-210
4.den programu		59		-12	-283
5.den programu		26		200	-200
<b>celkem</b>		<b>210,5</b>		<b>1243</b>	<b>-2319</b>

I kratší trasu lze dále krátit.

Slovinským Krasem k Jadranu		úsek	úsek	převýšení	
1.den programu	poznámka	km	součet	m n.m.	klesání
<b>sedlo Sella Nevea</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>1190</b>	<b>0</b>
odbočka pod Montaš		0		1190	
horské louky s výhledem	asfalt	4		1500	310
chata Rif. Brazza	asfalt a horská cesta	1		1660	160
zpět stejnou trasou		5	10		
<i>případně chata Rif. Brazza - odložení kola</i>		0		1660	
<i>Montaš (pěšky bez zajišťovacího vybavení pouze trasa přes Forc. dei Disteis a dále východně pravým obloukem na vrcholový hřeben - hlavní výšvih na hřeben vede po dlouhém žebříku, který se bez vybavení obchází pravým obloukem po stezce strmým svahem, dále doleva k západu na hlavní vrchol - v jarních měsících v případě sněhových polí vybavení nutné)</i>					
	<i>horská stezka pro pěš</i>	4		2753	1093
<i>zpět stejnou trasou</i>		4	8		
<b>Predilské jezero</b>	asfalt, koupání	<b>9</b>	<b>9</b>	<b>967</b>	<b>-223</b>
<b>sedlo Predel - hraniční přechod do Slovinska</b>		<b>3</b>	<b>12</b>	<b>1156</b>	<b>189</b>
odbočka pod Mangrt		0		1094	
Mangrtské sedlo	asfalt, kratší tunely	12		2055	961
zpět stejnou trasou		12	24		
<i>případně Mangrtské sedlo - odložení kola</i>		0		2055	
<i>Mangrt (pěšky bez zajišťovacího vybavení pouze italskou cestou severním traverzem a od východu na vrchol, v jarních měsících v případě sněhových polí vybavení nutné)</i>					
	<i>horská stezka pro pěš</i>	3		2697	642
<i>zpět stejnou trasou</i>		3	6		
<b>Bovec</b>		<b>21</b>	<b>33</b>	<b>460</b>	<b>-696</b>
<b>Čezsoča</b>	asfalt, koupání	<b>2,5</b>	<b>35,5</b>	<b>368</b>	<b>-92</b>
<b>most pod vodopádem Boka</b>	šotolina	<b>4,5</b>	<b>40</b>	<b>350</b>	<b>-18</b>
<b>Trnovo ob Soči kemp</b>	asfalt !!, super koupán	<b>9</b>	<b>49</b>	<b>310</b>	<b>-40</b>
<i>levobřežní terénní varianta od mostu pod vdp. Boka po opuštěné stezce - místy obtížné či nesjízdné kamenité úseky, v cíli přes most přímo do kempu</i>					
		9			70
<b>1. den celkem</b>	<b>základní trasa</b>		<b>49</b>	<b>-1119</b>	<b>239</b>
	<b>doporučená zkrácená trasa*</b>		<b>37</b>	<b>-846</b>	<b>0</b>

\* autobusem na hraniční sedlo Predel a dále po trase, nebo se dá vystoupit kdekoli dále na trase

Slovinským Krasem k Jadranu		úsek	úsek	převýšení	
2.den programu	poznámka	km	součet	m n.m.	klesání
<b>Bovec</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>460</b>	<b>0</b>
<b>Čezsoča</b>	asfalt koupání	<b>2,5</b>	<b>2,5</b>	<b>368</b>	<b>-92</b>
<b>most pod vodopádem Boka</b>	šotolina	<b>4,5</b>	<b>7</b>	<b>350</b>	<b>-18</b>
<b>Trnovo ob Soči kemp</b>	asfalt koupání	<b>9</b>	<b>16</b>	<b>310</b>	<b>-40</b>
levobřežní terénní varianta od mostu pod vdp. Boka po opuštěné stezce - místy obtížné či nesjízdné kamenité úseky, v cíli přes most přímo do kempu		9			70
po 2,5 km možnost varianty po stezce blíže k řece až k Nap.mostu -místy s obtížně sjízdnými úseky					
<b>Kobarid - Napoleonův most</b>	asfalt !!	<b>6</b>	<b>22</b>	<b>216</b>	<b>-94</b>
<b>Tolmin</b>	po levém břehu, asfalt	<b>15</b>	<b>37</b>	<b>200</b>	<b>-16</b>
<b>most přes Idrijcu u Bači</b>	asfalt !!, koupání	<b>6</b>	<b>43</b>	<b>200</b>	<b>0</b>
<b>hřebenové partie</b>	2,5 km asfalt a šotolin.	<b>9</b>	<b>52</b>	<b>600</b>	<b>400</b>
<b>vrchol stoupání</b>	asfalt	<b>3</b>	<b>55</b>	<b>700</b>	<b>100</b>
<b>centrum Čepovanu</b>	asfalt	<b>4</b>	<b>59</b>	<b>600</b>	<b>-100</b>
varianta přes Lokve - z Čepovanu 370 m převýšení v délce 3,5 km po kamenité silnici do Lokve, pak asfalt dolů k Mostu u Ravnice, kde se to spojí (délkově obdobné, ušetří se 150 m převýšení z Grgaru)					
<b>Grgar</b>	asfalt	<b>10,5</b>	<b>69,5</b>	<b>300</b>	<b>-300</b>
<b>Most u Ravnice</b>	asfalt ?	<b>2,5</b>	<b>72</b>	<b>450</b>	<b>150</b>
<b>hrad Kromberk</b>	asfalt	<b>5,5</b>	<b>77,5</b>	<b>150</b>	<b>-300</b>
<b>odbočka na Vogrsko u Ozeljanu</b>	asfalt !!	<b>4,5</b>	<b>82</b>	<b>70</b>	<b>-80</b>
<b>Ozeljan - kemp</b>	asfalt	<b>2</b>	<b>84</b>	<b>75</b>	<b>5</b>
<b>2. den celkem</b>	<b>základní trasa</b>		<b>84</b>	<b>-890</b>	<b>655</b>
	<b>doporučená zkrácená trasa*</b>		<b>41</b>	<b>-780</b>	<b>655</b>

\* autobusem k mostu přes Idrijcu a dále po trase, nebo se dá autobusem objet celý hřeben Trnovski Gozd a odpoledne se projet v rovině u cíle trasy

Slovinským Krasem k Jadranu		úsek	úsek	převýšení	
3.den programu	poznámka	km	součet	m n.m.	klesání
<b>kemp Lijak</b>		<b>0</b>	<b>0</b>	<b>80</b>	<b>0</b>
Tento den se nabízí mnoho krásných, kratších i delších variant trasy, jednoduchých i neprobádaných, asfaltových i šotolinových. Uvedená trasa spojuje všechna hlavní turisticky propagovaná místa, ale je možná hezčí je obětovat ve prospěch malých silniček a odlehlých vesnic na vrcholové plošině Krasu.					
<b>Vogrsko</b>	asfalt	<b>5</b>	<b>5</b>	<b>100</b>	<b>25</b>
<b>přehrada</b>	asfalt	<b>2</b>	<b>7</b>	<b>75</b>	<b>-25</b>
<b>Vogrsko</b>	asfalt	<b>2</b>	<b>9</b>	<b>75</b>	<b>0</b>
<b>Dombrava</b>	asfalt	<b>1,5</b>	<b>10,5</b>	<b>75</b>	<b>0</b>
<b>Dornberk</b>	asfalt	<b>4</b>	<b>14,5</b>	<b>80</b>	<b>5</b>
<b>Štanjel</b>	asfalt	<b>12</b>	<b>26,5</b>	<b>310</b>	<b>230</b>
<b>Komen</b>	asfalt	<b>9</b>	<b>35,5</b>	<b>290</b>	<b>+100-120</b>
<b>Brje při Komu</b>	asfalt	<b>5,5</b>	<b>41</b>	<b>180</b>	<b>+ 50-160</b>
<b>Dutovlje</b>	asfalt	<b>10</b>	<b>51</b>	<b>320</b>	<b>+200- 60</b>
<b>Križ</b>	asfalt	<b>3,5</b>	<b>54,5</b>	<b>350</b>	<b>30</b>
<b>Sežana</b>	asfalt	<b>4,5</b>	<b>59</b>	<b>350</b>	<b>- 50+ 50</b>
<b>Lipica</b>	asfalt	<b>5</b>	<b>64</b>	<b>400</b>	<b>50</b>
<b>Lokev</b>	asfalt	<b>5</b>	<b>69</b>	<b>450</b>	<b>50</b>
<b>odbočka na Škoc.jame</b>	šotolina ?	<b>3,5</b>	<b>72,5</b>	<b>450</b>	<b>+ 50- 50</b>
<b>Divača kemp</b>	asfalt	<b>4</b>	<b>76,5</b>	<b>500</b>	<b>+100- 50</b>
<b>3. den celkem</b>	<b>základní trasa</b>		<b>76,5</b>	<b>-465</b>	<b>940</b>
	<b>doporučená zkrácená trasa*</b>		<b>47,5</b>	<b>-210</b>	<b>400</b>

\* autobusem do Štanjelu a pak přímou trasou na Križ, nebo se dá vystoupit kdekoli dále na trase

Slovinským Krasem k Jadranu		úsek	úsek		převýšení
4.den programu	poznámka	km	součet	m n.m.	klesání
Divača kemp		0	0	480	0
Kozina	asfalt/šotolina	9	9	500	20
Petrinje	asfalt	5	14	420	-80
Črnotiče	asfalt	3	17	390	-30
Podpeč	šotolina	3,5	20,5	305	-85
Zazid	asfalt	3,5	24	387	82
vlak. nádraží Rakitovec	asfalt	6	30	500	113
Movraž	asfalt	4	34	215	-285
Smokvica	asfalt	2	36	272	57
slovinská celnice	asfalt !!	6,5	42,5	230	-42
chorvatská celnice	asfalt !!	2,5	45	130	-100
odbočka směr Istar. Toplice	asfalt !!	2,5	47,5	110	-20
Istarske Toplice	asfalt	8,5	56	30	-80
Livade	asfalt	6	62	20	-10
odbočka na Motovun		0		20	
Motovun	asfalt, šotolina	6		280	260
zpět přímou trasou	asfalt	4	10	20	-260
most hl.silnice přes Mirnu	šotolina či asfalt	8	70	10	-10
ústí Mirny do moře	šotolina	13	83	0	-10
Novigrad	asfalt !!	2,5	85,5	10	+ 30 - 20
kemp severozáp. od Nov.	asfalt	2,5	88	5	-5
<b>4. den celkem</b>	<b>základní trasa</b>		<b>88</b>	<b>-658</b>	<b>163</b>
	<b>doporučená zkrácená trasa*</b>		<b>59</b>	<b>-283</b>	<b>-12</b>

\* na kole až do Motovunu a odtud pak busem až do kempu

Slovinským Krasem k Jadranu		úsek	úsek		převýšení
5.den programu	poznámka	km	součet	m n.m.	klesání
kemp Pivka Jama	asfalt	0	0		
odbočka k Predj. Gradu	asfalt	8	8		
Predjamski grad	asfalt	1,5	9,5		
odbočka k Predj. Gradu	asfalt	1,5	11		
Bukovje	asfalt	1	12		200
Gorenje	asfalt	0,8	12,8		-200
Belsko	asfalt	1,5	14,3		
Studeno	asfalt	3	17,3		
Lohača	lesní cesty, šotolina	2,7	20		
Pivka Jama	šotolina	6	26		
<b>5. den celkem</b>			<b>26</b>	<b>-200</b>	<b>200</b>

Vzhledem k mnoha silničkám a lesním cestám je možné si v okolí Postojnské jamy namíchat trasy různých délek dle vlastního uvážení.