



ACTIVITY_2021

programma dal 13 settembre 2021

MARTEDI' SAN LORENZO DORSINO h. 14:30-17:00

FAMILY - IL LABORATORIO DELLA NATURA

“Azienda agricola Il Ritorno”

La vacanza *green* come occasione per vivere la natura. Un laboratorio pratico alla scoperta delle erbe aromatiche di montagna per scoprirne le caratteristiche e proprietà benefiche per la nostra salute. Visita guidata con un esperto ai borghi del paese, annoverato tra i borghi più belli d'Italia. Escursione semplice adatta a tutti, anche con bambini piccoli nel passeggio.

Appuntamento: piazza della chiesa di San Lorenzo Dorsino.

Costo: 5€ a persona - Possibilità di merenda con prodotti tipici.

GIOVEDI' MOLVENO h. 15:00-18:00

KIDS - VIA FERRATA KIDS E FAMILY AI FORTINI DI NAPOLEONE-

La via ferrata adatta alle famiglie

Imbragatura, moschettoni, casco per intraprendere la divertente e panoramica via ferrata vista lago dei fortini di Napoleone.

Si fa l'escursione sul lungolago fino alla Baita dei Fortini, al Corno di Napoleone, e lì faremo la bella via ferrata realizzata dalle nostre Guide, adatta ai bambini.

Appuntamento: A Molveno, Chalet Activity al lido di Molveno, a fianco dei campi da tennis. Consigliamo di utilizzare il Bus navetta che unisce Andalo a Molveno per raggiungere Molveno. - **Costo: 5€ a bambino**

2) SAN LORENZO DORSINO – h 9:00-13:00

FAMILY - LA FALESIA DIMENTICATA

Climbing & Yoga

Una delle pareti di arrampicata fra le più belle d'Italia, per una vera prova di scalata su roccia assistiti da preparate Guide alpine. Un luogo unico, un prato, una sorgente per una giornata diversa, serena e indimenticabile.

Alterneremo le tecniche di arrampicata con la guida alpina alle pratiche di meditazione e stretching, insieme a un maestro di yoga.

Attività tecnica adatta a tutti e ai bambini da 10 anni in poi.

Appuntamento: Parcheggio centro sportivo Promeghin, San Lorenzo in Banale. **Costo: 5€ a persona**

VENERDI'

1) ANDALO h. 9:00-10:30 o 11:00-12:30

FAMILY - NORDIC WALKING

L'arte di camminare

Con l'utilizzo di particolari bastoncini impariamo questa tecnica di camminata che migliora la postura e la falcata. Spingendo anche con i bastoncini si favorisce la camminata e a consumare più calorie. Tonifica tutto l'apparato muscolo scheletrico e cardio vascolare del nostro organismo. Adatto a tutti e in seguito praticabile ovunque per mantenersi in forma e tonici. Dispendio calorico medio oltre 600kcal. **Bambini da 8 anni in poi.**

Appuntamento: casetta delle Guide Alpine, presso la palestra di arrampicata e il maneggio, nel Parco di Andalo.

Costo: 5€ a persona

2) MOLVENO h. 15:00-18:00

E-BIKE TOUR DEI LAGHI

Percorso gradevole in un ambiente di suggestiva bellezza

Escursione facile di circa 15km. sul sentiero e strada forestale intorno ai laghi di Molveno e Nembia, tra i più belli d'Italia e oasi del WWF. Panorami e scorci indimenticabili, a ridosso della sera quando tutto si placa e tranquillizza. Dispendio calorico medio oltre 600kcal.

Appuntamento: h. 15:00 a Molveno, Chalet Activity al lido di Molveno, a fianco dei campi da tennis.

Costo: 5€ a persona + 20€ eventuale nolo e-bike

SABATO ANDALO h. 9:00-15:00

TREKKING - SULLA PAGANELLA

Alla scoperta degli scorci e panorami più belli della Paganella

Escursione di media difficoltà di circa 10 km. su sentieri di montagna e con dislivelli di circa 500mt. dispendio calorico medio >1000kcal. Adatta a persone moderatamente allenate e abituate a camminare in montagna anche su sentieri esposti. **Bambini dai 10 anni in poi.**

Appuntamento: partenza telecabina Andalo 2001 nel centro del paese di Andalo alle ore 9:00

Costo: 5 € a persona + impianto risalita. Pranzo in rifugio o al sacco.

DOMENICA MOLVENO h. 9:00-15:00

TREKKING - DOLOMITI DI BRENTA: IL GIRO DEI RIFUGI
Escursione alla base delle grandi montagne dolomitiche.

Nel cuore delle Dolomiti di Brenta, sotto le sue pareti più maestose dove è nata la storia dell'alpinismo eroico. Raggiungiamo i rifugi Croz dell'Altissimo (MT. 1500) e il rifugio Selvata (mt. 1630), dove ci fermeremo a pranzo, per poi scendere fino a Molveno dalla val delle Seghe.

Escursione di media difficoltà di circa 13 km. su sentieri di montagna e con dislivelli di circa 500mt. dispendio calorico medio >1000kcal. Adatta a persone moderatamente allenate e abituate a camminare in montagna anche su sentieri esposti. **Bambini dai 10 anni in poi.**

Appuntamento: partenza telecabina di Molveno alle ore 8:30. Consigliamo di utilizzare il Bus navetta che unisce Andalo a Molveno per raggiungere Molveno.

Costo: 5€ a persona + impianto risalita. Pranzo in rifugio o al sacco.