# PROGRAMMA MOENA OUTDOOR

**ESTATE 2021** 



Moena Outdoor, un programma settimanale di attività guidate open air a contatto con la natura, per scoprire le bellezze della Fata delle Dolomiti e per vivere in sicurezza splendide avventure e grandi emozioni sulle Dolomiti, insieme ai nostri Accompagnatori di media montagna, Maestri MTB, Guide alpine ed altri professionisti della montagna.



## Le escursioni si dividono in vari livelli:

**Facile:** camminate o escursioni in e-bike mtb con dislivello nullo o minimo adatto a tutti anche a persone più anziane o a bambini piccoli, accessibile anche con passeggino o carrellino per biciclette.

**Medio/Facile**: camminate ed escursioni di livello facile con un dislivello limitato fino a massimo 400 mt la cui durata è di circa 3 ore.

**Medio/difficile**: escursioni normalmente di intera giornata un po' più impegnative dal punto di vista dello sforzo fisico e con dislivelli più importanti fino a 700 mt.

Per tutte le escursioni facili sono consigliate scarpe da trekking o calzature idonee.

Per tutte **le escursioni medio/facili e difficili** è obbligatorio indossare le scarpe da trekking e portare uno zaino con bottiglietta d'acqua e giacca antipioggia.

# Le attività sono a numero chiuso ed è richiesta la prenotazione iscrivendosi con una di queste modalità:

- presso la reception dei Moena Outdoor Hotel
- presso l'ufficio Sport Check Point Moena c/o Scuola Italiana Sci Moena Dolomiti
- online www.fassasport.com www.scuolascimoena.it www.visitmoena.it
- tramite QR code

# Lunedì

#### Mattino

#### **NEW!** MOENA TREK - La foresta incantata

Escursione alla scoperta del bosco con i suoi segreti millenari, le sue leggende, e le sorgenti che gli danno vita. La prima escursione della settimana che vi darà modo di conoscere oltre alle bellezze delle Dolomiti, anche il corretto approccio alla montagna: dal come organizzare le vostre escursioni, leggere una cartina, consultare il meteo, preparare lo zaino il tutto per la vostra perfetta vacanza!



Ritrovo: ore 09.00 Sport Check Point Moena

Rientro: ore 12.30 circaDislivello: 200 mt circa

Costo: 20€ adulti, 10€ bambini (8-12 anni)
 per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO

Difficolta: MEDIO/FACILE - Età minima 8 anni

 Note: Non è possibile utilizzare il passeggino, solo zainetto da trekking porta bimbo.

#### Mattino

#### ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI di VAL DI FASSA GUEST CARD

#### MTB TEST DAY PER BAMBINI SKILL PARK - SORAGA o CANAZEI

Sotto la guida degli istruttori bike si affronteranno ponti basculanti, paraboliche, bowl e dossi. Prepara casco e pedali, al divertimenti ci pensiamo noi!

- Ritrovo a Soraga: ore 09.00 parco giochi comunale, vicino al municipio
- Ritrovo a Canazei: ore 09.00 Scuola Sci Canazei Marmolada
- Rientro: ore 12.00 circa
- Note: Presentarsi con MTB propria o a noleggio, casco, guanti e borraccia.
   I bambini devono saper andare in bici senza rotelle.
   Massimo 7 partecipanti per guida
   ATTIVITA' RISERVATA AI BAMBINI DAI 6 AI 14 ANNI, POSSESSORI DI VAL DI FASSA GUEST CARD

#### Mattino

#### ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI di VAL DI FASSA GUEST CARD

# MTB TEST DAY PER ADULTI - SORAGA o CANAZEI

Escursione accompagnata dalle Guide MTB di livello medio/facile, per affinare la propria tecnica e aumentare la sicurezza sulle due ruote.

- Ritrovo a Soraga: ore 09.00 parco giochi comunale, vicino al municipio
- Ritrovo a Canazei: ore 09.00 Scuola Sci Canazei Marmolada
- Rientro: ore 12.00 circa
- Note: Presentarsi con MTB propria o a noleggio, casco, guanti e borraccia.
   Massimo 7 partecipanti per guida
   ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI DI VAL DI FASSA GUEST CARD

#### **Pomeriggio**

#### IL BOSCO SENSORIALE

Provare l'esperienza di camminare a piedi nudi nel bosco per sentirsi connessi con la natura e assaporare tutto il suo benessere rigenerante.



Ritrovo: ore 14.30 loc. Fango statale Passo San Pellegrino

Rientro: ore 16.30 circa

Costo: GRATUITO (iscrizione obbligatoria)

Difficolta: FACILE - per tutti

Tutto il giorno

# LA MIA PRIMA VIA FERRATA con le Guide Alpine - convenzione con Fassa Sport Check Point

Un' esperienza unica per provare l'emozione di conquistare la vetta! Le Guide Alpine vi accompagneranno e vi insegneranno l'approccio alle vie ferrate partendo da quelle più facili e panoramiche in Valle, la Roda di Vael sul gruppo del Catinaccio. Altre vie ferrate di livello facile di mezza o intera giornata tutti i giorni su richiesta.



Ritrovo: ore 08.00 Sport Check Point Pozza

Rientro: ore 16.00 circa

Dislivello in salita: 700 mt circa. Dislivello in discesa: 700 mt circa

Costo: 95€ a persona
 per gli ospiti Moena Outdoor Hotel 65€ (solo il lunedì)
 Nel prezzo è inclusa guida e noleggio kit da ferrata

Difficoltà: MEDIO - Età minima 10 anni

• Note: Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante. Escursione a numero chiuso (max 4/5 persone per guida).

# Martedì

#### Mattino

## SENTIERI DI PACE: ESCURSIONE "LA GRAN VERA" LE CANNONIERE AUSTRIACHE

Visita alle postazioni delle cannoniere austriache, alle trincee della prima Guerra mondiale e Osservatorio nella zona di Colvere Alpe di Lusia. Rientro allo Chalet Valbona per il pranzo e meritato relax sulla bellissima terrazza panoramica dove si trova anche la stazione intermedia della cabinovia per il rientro a valle o ulteriore risalita a monte alle Cune (2.200 mt).



- Ritrovo: ore 08.30 loc. Ronchi presso cassa impianti Alpe di Lusia
- Rientro: termine passeggiata guidata ore 12.30 circa, rientro a valle a discrezione dopo il pranzo
- Dislivello: 200 mt circa
- Costo: prezzo promozionale comprensivo di impianti, pranzo e
  passeggiata guidata 24€ adulti, 16€ bambini 8-16 anni
   Se in possesso di Panoramapass : 16€ adulti, 12€ bambini 8-16 anni
- Difficoltà: MEDIO/FACILE Età minima 8 anni
- Note: il pagamento dell'attività va effettuato presso le casse degli impianti Alpe di Lusia.

## **Pomeriggio**

#### LAGO FATATO E MUNGITURA DELLE MUCCHE

Facile passeggiata alla scoperta del laghetto alpino del Passo San Pellegrino e visita in malga dove si potrà provare l'esperienza di mungere la mucca.



- Ritrovo: ore 15.00 piazzale accesso Lago San Pellegrino
- Rientro: ore 18.00 circa
- Costo: 20€ adulti, 10€ bambini (4-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel 5€ adulti, bambini gratuiti
   (fino a 12 anni)
- Difficolta: FACILE attività FAMILY per tutti
- Note: Durante il giro del lago non è possibile utilizzare il passeggino.

#### Tutto il giorno

# TRAVERSATA DEL CATINACCIO - convenzione con Fassa Sport Check Point

Spettacolare e facile camminata in quota nel Gruppo del Catinaccio, dalla Roda di Vael al Ciampedie. Superando i maggiori dislivelli di salita e discesa con gli impianti, attraverseremo il magico regno di Re Laurino tra storia, leggende e impareggiabili panorami.



- Ritrovo: ore 08.45 seggiovia Vajolet a Pera di Fassa per partenza con navetta privata.
  - Arrivo a destinazione ore 09.20 per iniziare la traversata
- Rientro: ore 16.00 circa a Pera di Fassa
- Dislivello in salita: 400 mt circa e dislivello in discesa 500 mt circa (dal Rifugio Paolina a Prà Martin) Quota massima: 2300m
- Costo: 30€ adulti, 15€ bambini (10-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel 18€ adulti, 9€ bambini (10-12 anni)
- Difficolta: MEDIO Età minima 10 anni
- Note: Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte. Costo extra bus navetta privata 5€. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante.

# Tutto il giorno

## GRAN TOUR ALPE DI LUSIA CON E-BIKE MTB

Partendo da Moena si raggiunge loc. Ronchi, dove risalendo con la cabinovia dell'Alpe di Lusia, si raggiungono i 1.750 mt di Valbona. Da qui lungo la strada forestale che collega i rifugi storici Larezila, Passo Lusia e Malga Bocche, si pedala fino al Parco naturale di Paneveggio dove potremo osservare i cervi con lo sfondo delle Pale di San Martino. Discesa in direzione del paese di Predazzo e rientro a Moena sulla ciclabile.



- Ritrovo: ore 09.00 Sport Check Point Moena
- Rientro: ore 16.00 circa
- Dislivello salita: 700 mt circa con utilizzo impianti
- Costo: 45€

## per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO

- Difficoltà MEDIO Età minima 12 anni
- Note: noleggio e-bike mtb e casco obbligatorio non compresi nel prezzo. Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante.

## Tutto il giorno

## ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI di VAL DI FASSA GUEST CARD

AVVICINAMENTO ALL'ARRAMPICATA PER BAMBINI - CANAZEI o POZZA di FASSA

Una giornata imperdibile per i piccoli scalatori di domani!

A Canazei si sale in telecabina fino a Pecol, da dove inizia la discesa sul sentiero fino a Pian de Schiavaneis dove si raggiunge la palestra di roccia.

A Pozza di Fassa ci si incammina per una facile escursione verso la Val San Nicolò fino a raggiungere il Sasso Sei. Lì vi aspetteranno divertenti teleferiche, corde e moschettoni.

- Ritrovo a Canazei: ore 09.00 stazione a valle impianti Belvedere
- Ritrovo a Pozza di Fassa: ore 09.00 presso la Piaza de Sèn Nicolò
- Rientro: ore 16.00 circa
- Costo: 12€ adulti, compreso di pranzo in rifugio
- Note: sono richiesti abbigliamento e calzature adeguate ad escursioni in alta quota Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte.
   Massimo 9 partecipanti per guida. Attività confermata con min. 4 partecipanti ATTIVITA' RISERVATA AI BAMBINI DAI 7 AI 14 ANNI, POSSESSORI DI VAL DI FASSA GUEST CARD

## Tutto il giorno

#### ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI di VAL DI FASSA GUEST CARD

#### AVVICINAMENTO ALL'ARRAMPICATA PER ADULTI - CANAZEI o POZZA di FASSA

Date Canazei: 22/06 - 06/07 - 20/07 - 03/08 - 17/08 - 31/08

Date Pozza di Fassa: 15/06 - 29/06 - 13/07 - 27/07 - 10/08 - 24/08 - 07/09

L'arrampicata è un'esperienza imperdibile per chi ama la montagna!

Grazie alle Guide Alpine anche i meno esperti potranno affrontare il loro primo percorso attrezzato in totale sicurezza. La giornata sarà resa ancora più interessante da calate in corda doppia e da un facile percorso attrezzato.

- Ritrovo a Canazei: ore 09.15 stazione a valle impianti Belvedere
- Ritrovo a Pozza di Fassa: ore 09.15 presso la Piaza de Sèn Nicolò
- Rientro: ore 15.40 circa
- Costo: 20€ adulti e ragazzi (dai 15 anni)
- Note: sono richiesti abbigliamento e calzature adeguate ad escursioni in alta quota.
   Portare pranzo al sacco.

Massimo 5 partecipanti per guida. Attività confermata con min. 2 partecipanti ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI DI VAL DI FASSA GUEST CARD

# Mercoledì

## **Mattino**

#### **NEW! LUNGO I BASTIONI DELL'IMPERO IN E-BIKE MTB**

Partendo dal paese di Moena si pedala su una delle strade storiche nella zona dell'Alpe di Lusia che ancora testimonia attraverso vari reperti i combattimenti della Prima Guerra Mondiale. Lungo strade forestali dalla grande importanza naturalistica ed habitat di varie specie faunistiche, il tour si svolge in ambienti dal panorama mozzafiato.



Ritrovo: ore 09.00 Sport Check Point Moena

Rientro: ore 12.30 circa

Costo: 22€

• Difficoltà: MEDIO - Età minima 12 anni

 Note: noleggio e-bike mtb e casco obbligatorio non compresi nel prezzo.

ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 5 PARTECIPANTI

# ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI VAL DI FASSA GUEST CARD

#### ANDAR PER AGRITUR - La Via Lattea

Una suggestiva passeggiata che attraversa il centro storico di Moena per arrivare all'Agritur El Mas dove, assieme al proprietario e agli Accompagnatori di Media Montagna si scopriranno i segreti della lavorazione del latte, dalla stalla alla caseificazione, per terminare con un delizioso spuntino a km 0.

Ritrovo: ore 09.30 Sport Check Point Moena

• Rientro: ore 13.00 circa

Costo: 15€ adulti, 10€ bambini (7-12 anni) degustazione inclusa

Difficoltà: FACILE (possibilità di utilizzare il passeggino) - Età minima 7 anni

Note: massimo 12 partecipanti. La visita guidata è confermata con min. 4 partecipanti.
 ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI DI VAL DI FASSA GUEST CARD

#### **Pomeriggio**

## NEW! LA RODA DE MOENA - Giro delle frazioni di Moena in e-bike

Facile pedalata partendo dal centro del paese per scoprire gli scorci più particolari, la storia e la cultura della Val di Fassa e di Moena visitandone le sue frazioni (Someda, Sorte, Penia, Medil e Forno).



Ritrovo: ore 15.00 Sport Check Point Moena

Rientro: ore 18.00 circa

Costo: 22€

Difficoltà: FACILE - Età minima 12 anni

 Note: noleggio e-bike (mtb o city bike) e casco obbligatorio non compresi nel prezzo.

ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 5 PARTECIPANTI

#### **Pomeriggio**

# AMICO ALBERO - Piantiamo insieme il nuovo bosco

Piacevole passeggiata nei dintorni di Moena accompagnati dal racconto del bosco perduto e della filiera del legno. Pianteremo poi insieme ciascuno il proprio albero che porterà la dedica del proprio nome, potremo così contribuire anche noi a far ricrescere il bosco della Val di Fassa!



- Ritrovo: ore 14.30 Sport Check Point Moena
- Rientro: ore 17.30 circa
- Costo: 20€ adulti, 10€ bambini (4-12 anni)
- Difficoltà: FACILE attività FAMILY per tutti
- Note: E' consigliato lo zainetto da trekking porta bimbo.
   Costo extra per la piantina 5€.

## Tutto il giorno

# JON A MONT - Gli impianti ci portano in luoghi meravigliosi!

Andiamo in montagna! Un'escursione in quota facilitata dall'utilizzo degli impianti di risalita per godere appieno della bellezza delle nostre montagne.

Alterneremo un'escursione nel cuore del Catinaccio, dalla magnifica conca del Gardeccia fino ai piedi delle Torri del Vajolet ad un'uscita sulle nostre montagne di casa al cospetto delle cime del Costabella al Passo San Pellegrino raggiungendo il punto più panoramico del Passo delle Selle che apre lo sguardo a 360° sulle Dolomiti, per poi riscendere la Val Monzoni fino a Pozza di Fassa.



- Ritrovo: ore 09.00, il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente
- Rientro: ore 16.00 circa
- Dislivello in salita: 400 mt circa
- Costo: 30€ adulti, 15€ bambini (10-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO
- Difficoltà: MEDIO Età minima 10 anni
- Note: Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte. Per l'escursione al Passo San Pellegrino costo navetta privata A/R 10€. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante.

# **Giovedì**

## Mattino

# **LUSIA FAMILY DAY - IL DOLCE MONDO DELLE API**

Facile passeggiata all'Alpe di Lusia attraverso il *Sentiero natura* fino a raggiungere una deliziosa baita nel bosco dove ci aspetta *nonno Raimondo* che ci condurrà alla scoperta del Dolce Mondo delle Api, dei segreti per fare il miele e del suo lavoro di apicoltore.

Rientro allo Chalet Valbona per il pranzo e meritato relax sulla bellissima terrazza panoramica mentre i più piccoli si divertono nel parco giochi dotato di slackline, ponti tibetani e teleferica.

A fianco si trova la stazione intermedia della cabinovia per il rientro a valle o ulteriore risalita a monte alle Cune (2.200 mt).



- Ritrovo: ore 10.00 loc. Ronchi presso cassa impianti Alpe di Lusia
- Rientro: termine passeggiata guidata ore 12.30 circa, rientro a valle a discrezione dopo il pranzo
- Costo: prezzo promozionale comprensivo di impianti, pranzo e passeggiata guidata 24€ adulti, 16€ bambini 8-16 anni, 11€ bambini sotto gli 8 anni
  - Se in possesso di Panoramapass: 16€ adulti, 12€ bambini 8-16 anni e 11€ sotto gli 8 anni
- Difficoltà: Difficolta: FACILE attività FAMILY per tutti
- Note: Possibilità di utilizzare il passeggino da trekking.
   Il pagamento dell'attività va effettuato presso le casse degli impianti Alpe di Lusia.

#### Mattina

# **NEW!** NEI BOSCHI DELLA MAGNIFICA COMUNITA' IN E-BIKE MTB

Itinerario in mtb elettrica che ci porterà ad attraversare e scoprire i boschi della Magnifica Comunità, percorrendo strade sterrate immersi nelle prestigiose foreste degli abeti di risonanza della Val di Fiemme.



Ritrovo: ore 09.00 Sport Check Point Moena

Rientro: ore 13.00 circa

Costo: 27€

• Difficoltà: MEDIO - Età minima 12 anni

Note: noleggio e-bike mtb e casco obbligatorio non compresi nel

prezzo.

ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 5 PERSONE

#### Pomeriggio

#### **NEW!** IL GIRO DEL MONDO ALLA SCOPERTA DI ANIMALI FANTASTICI

Delle dolcissime caprette vi accompagneranno in una tranquilla passeggiata in paese verso il Prato di Sorte dove ad aspettarvi per giocare ci saranno diversi animali provenienti da tutto il mondo.

Potrete conoscere così specie che non avete mai visto prima, come il petauro dello zucchero, una simpatica puzzola o tenere in braccio un vero drago. Molti altri animali fantastici vi aspettano!



• Ritrovo: ore 15.30 Sport Check Point Moena

Rientro: ore 18.30 circa

• Costo: 20€ adulti, 10 € bambini (4-12 anni) per gli ospiti Moena Outdoor Hotel 5€ adulti, bambini gratuiti (fino a 12 anni)

Difficolta: FACILE - attività FAMILY per tutti
 Note: Possibilità di utilizzare il passeggino.

#### Sera

# **ENROSADIRA ROMANTICA - Escursione serale con cena in rifugio**

Risalendo con la cabinovia dell'Alpe Lusia si raggiunge il balcone panoramico Le Cune a 2.200 mt dove è possibile ammirare i magici colori dell'Enrosadira, il tramonto che tinge di rosa le Dolomiti! Scendiamo poi allo storico rifugio Larezila dove saremo deliziati da una tipica cena di montagna e da una serata ricca d'atmosfera. Rientro a piedi lungo la strada forestale con la luce delle fiaccole sotto un magnifico cielo stellato!



- Ritrovo: ore 16.45 loc. Ronchi presso cassa impianti Alpe di Lusia
- Rientro: ore 21.30 circa
- Costo: 40€ adulti, 25€ bambini (8-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel 30€ adulti, 15€ bambini (8-12 anni)
- Difficoltà: FACILE Età minima 8 anni
- Note: Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte.

ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 7 PARTECIPANTI

#### Tutto il giorno

## ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI VAL DI FASSA GUEST CARD

# **NEW!** GEOTREKKING DOLOMITICO! - Itinerante in tutta la Val di Fassa

Perché le Dolomiti sono un po' francesi? E perché sono così bianche? Ma anche... quale sarà il loro futuro? Queste sono solo alcune delle tante domande alle quali gli esperti del MUSE, Museo delle Scienze di

Trento, risponderanno. Geoitinerari dagli incredibili panorami, alla scoperta di #Dolomiti Patrimonio Unesco, una vera miniera di curiosità!

- Ritrovo: ore 09.00, il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente
- Rientro: ore 16.00 circa
- Costo: 10€ adulti e bambini
- Difficoltà: MEDIO Età minima 8 anni
- Note: sono richiesti abbigliamento e calzature adeguate ad escursioni in alta quota, giacca impermeabile/anti vento, maglioncino pile. Portare pranzo al sacco.
   ATTIVITA' RISERVATA AI POSSESSORI DI VAL DI FASSA GUEST CARD

# **Venerdì**

#### **Mattino**

#### I MONTI DI CRISTALLO - Le Dolomiti Patrimonio Unesco

Dal Passo San Pellegrino, si risale con la funivia al Col Margherita per ammirare una spettacolare visione delle Dolomiti a 360° patrimonio Unesco, con visita del parco geologico in quota (2.500 mt) alla scoperta della nascita della terra nascosta nei segreti delle sue rocce.



- Ritrovo: ore 10.00 in loc. Chiesetta al Passo San Pellegrino
- Rientro: ore 13.00 circa
- Costo: 20€ adulti, 10 €bambini (4-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO
- Difficolta: FACILE per tutti
- Note: Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte.

#### **Pomeriggio**

## LA CITTA' DELLE MARMOTTE

Risalita con la seggiovia Costabella al Passo San Pellegrino e facile passeggiata attraverso i pascoli per vedere le marmotte far capolino dalle loro tane e sentire i loro richiami di saluto.



- Ritrovo: ore 14.30 partenza seggiovia Costabella al Passo San Pellegrino
- Rientro: ore 17.30 circa
- Costo: 20€ adulti, 10€ bambini (4-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO
- Difficolta: FACILE FAMILY per tutti
- Note: Possibilità di utilizzare il passeggino da trekking.
   Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte.

#### Tutto il giorno

# ZAINO IN SPALLA! - In gita sulle Dolomiti

Ogni settimana gli Accompagnatori di Media Montagna propongono una diversa escursione nei luoghi più belli e panoramici di Moena, Passo San Pellegrino e della Val di Fassa.



Ritrovo: ore 08.30, il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente

• Rientro: 16.00 circa

• Dislivello in salita: 600 mt circa

Costo: 30€ adulti, 15€ bambini (10-12 anni)
 per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO

• Difficoltà: MEDIO/DIFFICILE - Età minima 10 anni

Note: Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante.

## Tutto il giorno

# GRAN TOUR DEL LAGO DI CAREZZA E LATEMAR IN E-BIKE MTB

Partendo da Moena si risale il paese fino all'imbocco della strada forestale che conduce al Passo Costalunga. Si prosegue poi fino al famoso Lago di Carezza dove potremo fermarci ad ammirare i suoi magici colori che ospitano *Ondina*, custode di una antica leggenda. Possibilità di proseguire in direzione Obereggen per completare il Giro del Latemar.



• Ritrovo: ore 09.00 Sport Check Point Moena

Rientro: 16.00 circa

Dislivello: salita 400 m fino a Carezza - 600 m Giro Latemar

• Costo: 45 € adulti

per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO

Difficoltà: MEDIO - Età minima 12 anni

 Note: noleggio e-bike mtb e casco obbligatorio non compresi nel prezzo. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante.

# Sabato

#### **Mattino**

## GENTE DI TRINCEA - La vita in Dolomiti durante la Prima Guerra Mondiale

Una straordinaria escursione in un museo a cielo aperto della Grande Guerra con trincee, fortini, postazioni militari e numerosi altri reperti ancora ben conservati, nelle prime postazioni di difesa della linea di confine in località Fanch/Fango.



- Ritrovo: ore 09.00 loc. Fango statale Passo San Pellegrino
- Rientro: ore 12.00 circa
- Costo: 20€ adulti, 10€ bambini (8-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel GRATUITO
- Difficoltà: MEDIO/FACILE Età minima 8 anni

#### Mattino

## TREKKING DEL BENESSERE - Escursione panoramica e wellness nella natura all'Alpe di Lusia

Con la cabinovia dell'Alpe di Lusia si raggiunge loc. Le Cune, il punto più panoramico a quota 2.200 mt con vista mozzafiato sulle Dolomiti. Si scende sul sentiero delle Mandre fino all'Oasi naturale di Colvere da dove ha inizio un percorso naturalistico green all'insegna del benessere. Si potrà provare il barefooting, immergere i piedi nel ruscello per beneficiare del potere curativo dell'acqua secondo i principi Kneipp, e fare altri rituali

di benessere nella natura per risvegliare tutti i sensi e fare il pieno di energia. Rientro allo Chalet Valbona per il pranzo e meritato relax sulla bellissima terrazza panoramica.



- Ritrovo: 09.00 loc. Ronchi presso cassa impianti Alpe di Lusia
- Rientro: termine passeggiata guidata ore 12.30 circa, rientro a valle a discrezione dopo il pranzo
- Costo: prezzo promozionale comprensivo di impianti, pranzo e passeggiata guidata 24€ adulti, 16€ bambini 8-16 anni
   Se in possesso di Panoramapass : 16€ adulti, 12€ bambini 8-16 anni
- Difficoltà: MEDIO/FACILE Età minima 8 anni
- Note: il pagamento dell'attività va effettuato presso le casse deli impianti Alpe di Lusia.

## Tutto il giorno

# NEW! RIDE YOUR DAY - Tour itinerante di intera giornata in e-bike mtb

E-bike mtb tour itinerante, lungo i trail delle valli di Fassa e Fiemme che portano ai piedi delle grandi cime delle Dolomiti patrimonio UNESCO.



- Ritrovo: ore 09.00, il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente
- Rientro: 16.00 circa
  Costo: 45 € adulti
- Difficoltà: MEDIO Età minima 12 anni
- Note: noleggio e-bike mtb e casco obbligatorio non compresi nel prezzo. Impianti di risalita inclusi nel Panoramapass o da pagare a parte. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante. ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 4 PERSONE

# **Domenica**

## Mattino

# I LABIRINTI DEL LATEMAR - convenzione con Sport Check Point Fassa

Attraverso i verdeggianti prati del Passo di Costalunga si raggiunge il cosiddetto Labirinto del Latemar, una vasta zona di massi precipitati all'incirca 200 anni fa dalla parete dello Schenon. La gigantesca frana cancellò il terzo lago di Carezza o anche detto Lago di Sopra. Il labirinto è un percorso movimentato tra rocce, roccette e cunicoli che conduce alla spettacolare conca del lago dell'arcobaleno.



- Ritrovo: ore 09.30 al Passo Costalunga (fermata bus Golf Hotel)
- Rientro: ore 13.30 circaDislivello: 250 mt circa
- Costo: 20€ adulti, 10€ bambini (8-12 anni)
   per gli ospiti Moena Outdoor Hotel 10€ adulti, 5€ bambini (8-12 anni)
- Difficoltà: MEDIO/FACILE Età minima 8 anni
- Note: portare merenda al sacco. Eventuale autobus da pagare extra.

ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 6 PERSONE

# Ogni Martedì, Venerdì e Sabato

#### NEW! LA NATURA CHE NON SI VEDE all'alba o al tramonto

Immersi nell'atmosfera e i colori dell'alba o del tramonto, assieme ad un Esperto Accompagnatore Faunistico, potrete vivere la natura del nostro territorio con occhi nuovi. Camminando in silenzio, potrete cogliere sfumature che solitamente passano inosservate, scorgere gli animali selvatici e la misteriosa vita del bosco, immortalando questa emozionante esperienza con scatti d'autore!



- Ritrovo martedì e venerdì: ore 17.00
- Ritrovo sabato: ore 04.30
   Il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente
- Costo: 30€
- Difficoltà: MEDIO Età minima 12 anni
- Note: incluso nel prezzo "merenda del Giagher" (del cacciatore).
   ATTIVITA' CONFERMATA CON MIN. 4 PARTECIPANTI

# Tutti i giorni su richiesta

# **NEW!** FISHING EXPERIENCE - Corsi e uscite di pesca accompagnate

Vuoi imparare a pescare sulle limpide acque dei nostri rivi e torrenti? Ti piacerebbe portare a casa il ricordo della cattura di una splendida trota marmorata o di un coloratissimo salmerino? I corsi di pesca e le uscite accompagnate con le nostre Guide e Istruttori Federali sono quello che fa al caso tuo!



- Ritrovo: orario da accordare al momento della prenotazione,
   Sport Check Point Moena
- Costo: 80€ per corso o uscita di mezza giornata; 150€ per la giornata intera
- Difficoltà: FACILE- Età minima 8 anni
   MASSIMO 1-2 PARTECIPANTI PER GUIDA

...ed inoltre su richiesta RAFTING, PARAPENDIO, FERRATE e altro!

Info ed iscrizioni presso l'ufficio Sport Check Point Moena e

www.fassasport.com - www.scuolascimoena.it - www.visitmoena.it

## **CONTATTI**

SPORT CHECK POINT MOENA – c/o SCUOLA ITALIANA SCI MOENA DOLOMITI Strada de Sèn Pelegrin 2, 38035 Moena (TN)
Tel 0462 573770 - infomoena@fassasport.com