



Attività gratuite

Moena Outdoor è un programma settimanale di escursioni a piedi e con le E-Bike Mtb con le nostre guide, per vivere la montagna in sicurezza e conoscerla in compagnia. dal 17 giugno al 15 settembre

PRENOTAZIONE PRESSO LA RECEPTION IL GIORNO ANTECEDENTE L'ATTIVITÀ

Risalite impianti, noleggi, trasporti ecc. a carico dei partecipanti

Le escursioni a piedi si dividono in vari livelli:

Facile: camminate con dislivello nullo o minimo adatto a tutti anche a persone più anziane o a bambini piccoli, accessibile anche con passeggino.

Medio/facile: camminate ed escursioni di livello facile con un dislivello limitato fino a massimo 300m la cui durata è di circa 3 ore.

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

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 anti-pioggia.**

LE ESCURSIONI

LUNEDÌ

Mattino

ALLE SORGENTI DI RE LAURINO – LA RINASCITA DEL BOSCO

Escursione alla scoperta del bosco con i suoi segreti millenari, le sue leggende, le sorgenti che gli danno vita e che testimoniano la sua rinascita dopo le recenti ferite.

Info: Dalle 9.00 alle 12.30 circa - Età min. 8 anni - Difficoltà: medio/facile - Ritrovo presso Sport Check Point Moena. No passeggino solo zainetto da bimbo.



Pomeriggio

BIKE FAMILY – EMOZIONI SU DUE RUOTE

In gita sulla ciclabile di Fassa e Fiemme con ritorno in autobus Bike Express.

Info: Dalle 14.30 alle 18.30 circa – Per tutti – Difficoltà: facile **FAMILY** – Ritrovo presso Bici Grill nella zona sud di Moena - Non incluso nel prezzo il noleggio Bike e Bike Express. Possibilità di noleggio convenzionato.



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 all'Osservatorio nella zona di Colvere Alpe di Lusia.

Info: Dalle 8.30 alle 12.30 circa – Età min. 8 anni – Difficoltà: medio/facile - Ritrovo presso partenza impianti Alpe di Lusia.



ATTIVITÀ GRATUITE CON APT VAL DI FASSA CARD



Mattino

AVVICINAMENTO ALLA MTB PER I BAMBINI

Scuola gioco di mountain bike con Gimkana su percorso tracciato con piccoli giochi di abilità con guide esperte di mountain bike.

Info: Dalle 9.00 alle 12.30 – Età da 7 a 14 anni – Difficoltà: facile - Ritrovo presso Ufficio turistico in Piazz Navalge.

Note: merenda convenzionata euro 5,00 a carico dei partecipanti presso il Bici Grill di Moena.

Tutto il giorno

AVVICINAMENTO ALL'ARRAMPICATA PER BAMBINI

Facile escursione per raggiungere le felesie della valle a Canazei o Pozza di Fassa. Per l'intera giornata si impara ad arrampicare divertendosi con l'aiuto delle Guide Alpine.

Info: Dalle 9.00 alle 16.00 circa – Età da 7 a 14 anni – Difficoltà: facile – Ritrovo a Canazei prezzo impianti Belvedere. A Pozza in Piazza de San Nicolò.

Note: abbigliamento comodo e scarponcini da trekking o scarpa da ginnastica con suola scolpita. Navette, impianti e pranzo convenzionato euro 10,00 a carico dei partecipanti.



MERCOLEDÌ



Pomeriggio

AMICO ALBERO

Facile passeggiata nei dintorni di Moena, la storia del bosco e della gente di montagna seguendo la filiera del legno.

Info: Dalle 14.30 alle 17.30 – Per tutti FAMILY - Difficoltà: facile, si passeggino – Ritrovo presso Sport Check Point Moena.

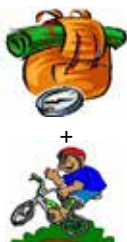
Tutto il giorno

HIKE&BIKE – SCOPRIRE LA MONTAGNA A PIEDI E IN BICI

Una bellissima escursione a piedi dal Passo San Pellegrino al Passo delle Selle con discesa attraverso la Val Monzoni combinata con la bike utilizzata per il rientro dalla Val San Nicolò a Moena bike facoltativa possibilità di rientrare anche con transfer

Info: Dalle 8.45 alle 16.00 circa – Età min. 10 anni – Difficoltà: medio/facile – Ritrovo presso Sport Check Point Moena.

Costi Extra trasporti: andata Moena San Pellegrino con transfer privato euro 5 + euro 6,50 seggiovia. Ritorno costo noleggio bike (euro 10 incluso servizio trasporto in Val San Nicolò), in alternativa transfer privato euro 5. Pranzo al sacco o presso la Malga Monzoni a carico del partecipante.



Tutto il giorno

LAGO DI CAREZZA - E-BIKE MTB TOUR

Partendo da Moena raggiungiamo il Passo Costalunga passando per Vigo e Tamion per poi fermarci ad ammirare il lago Carezza dai magici colori che ospita *Ondina* custode di una antica leggenda. Possibilità di proseguire fino al Passo Nigra o in direzione Obereggen per compiere il Giro del Latemar.

Info: Dalle 9.00 alle 16.00 circa – Età min. 12 anni – Difficoltà: medio/facile – Ritrovo presso Bici Grill loc. sud Moena di fronte il campo di calcio. Note: costo extra noleggio Bike e pranzo.



Tardo Pomeriggio

BIO PILATES – SUNSET EMOTIONS

Una lezione di bio pilates open air, sul panoramico prato nei pressi di Malga Roncac, per tonificare corpo e mente ed acquisire una sensazione di totale benessere avvolti dalla magia della natura circostante e del tramonto sulle Dolomiti.

Info: Dalle 17.30 alle 19.00 circa – Età min. 12 anni – Difficoltà: facile – Ritrovo presso parcheggio Malga Roncac

Note: abbigliamento comodo. In caso di pioggia l'attività si terrà in palestra.



ATTIVITÀ GRATUITE CON APT VAL DI FASSA CARD

Tutto il giorno

ANDAR PER MALGHE – con le Guide Alpine

Escursioni facili per immergersi nelle tradizioni della Val di Fassa scoprendo gli alpeggi più panoramici. Visiterete le malghe dove potrete assaggiare i prodotti tipici della nostra terra.

Info: Dalle 8.30 alle 15.30 circa – Per tutti FAMILY – Ritrovo a Canazei o Pozza di Fassa in base all'escursione in programma. Extra per degustazione: adulti euro 12 bambini (7-14 anni) euro 6.



GIOVEDÌ

Tutto il giorno

TASTE THE MOUNTAIN, I SAPORI DEL BOSCO E DELLA MONTAGNA

Escursione di intera giornata con itinerari variabili scelti settimanalmente dalla guida con piccola degustazione offerta dai negozi di prodotti tipici di Moena *Eder, Delizies e Cianeve ladina*. Portare pranzo al sacco.

Info: Dalle 9.00 alle 16.30 circa – Età min. 10 anni – Difficoltà: medio/facile – Ritrovo: il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente.



Mattino

I MONTI DI CRISTALLO – LE DOLOMITI PATRIMONIO UNESCO

Passo San Pellegrino, risalita con la funivia al Col Margherita per ammirare una spettacolare visione delle Dolomiti a 360° patrimonio Unesco, con visita del **nuovo parco geologico** in quota (2514 m) alla scoperta della nascita della terra nascosta nei segreti delle sue rocce.

Info: Dalle 10.00 alle 13.00 circa – Per tutti FAMILY – Difficoltà: facile – Ritrovo presso cassa impianti Funivia Col Margherita.





Tutto il giorno

NEW! GRAN TOUR 3VALLI CON E-BIKE MTB – Passo Lusia, Valles e San Pellegrino. Partendo da Moena raggiungiamo il Passo Lusia quindi il Parco naturale di Paneveggio dove potremo vedere i cervi del parco e ammirare le bellissime Pale di San Martino. Si prosegue poi in direzione Passo Valles attraversando un ponte tibetano e la stupenda Val Venegia fino a giungere sulla panoramica cima del Col Margherita (mt 2514 m). Discesa con la funivia e dal Passo San Pellegrino rientro a Moena.

Info: Dalle 9.00 alle 16.00 circa – Età min. 12 anni – Difficoltà: medio/facile – Ritrovo presso Bici Grill loc. sud Moena di fronte il campo di calcio.

Costo extra: noleggio Bike con casco obbligatorio, utilizzo impianti e pranzo.

ATTIVITÀ GRATUITE CON APT VAL DI FASSA CARD

Mattino

FAMILY BIKE TOUR CON MERENDA

Facile escursione lungo la ciclabile accompagnati dalle Guide MTB con sosta in agriturismo per una merenda genuina.

Info: Dalle 9.00 alle 12.30 circa – Età min. 9 anni – Difficoltà: facile – Ritrovo presso Sport Check Point Canazei, Campitello o Pozza a settimane alterne.

Note: presentarsi muniti di mtb e casco obbligatorio. Non sono ammesse bici con rotelle o bici con carrello. Merenda convenzionata euro 10 adulti e euro 5 bambini (9-12 anni).



VENERDÌ

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 dell'alta Val di Fassa. Novità estate 2019: in gita con **Alfredo Paluselli**, autore del libro *Il diavolo generoso – La storia di Tita Piazz*, due appuntamenti imperdibili 12 luglio e 16 agosto.

Info: Dalle 8.30 alle 16.30 circa – Età min. 10 anni – Difficoltà: medio/difficile - Ritrovo: il luogo dipende dall'itinerario comunicato settimanalmente. Pranzo al sacco o presso rifugio a carico del partecipante.



Tutto il giorno

NEW! VAL SAN NICOLÒ E-BIKE MTB TOUR

Partendo da Moena risaliamo la ciclabile fino Pozza di Fassa, da lì raggiungeremo la bellissima Val San Nicolò, un luogo incantato con ampie distese di prati costellato di tipiche baite montane. Raggiungeremo infine le magiche cascate dove ci potremo fermare per pranzo sul prato o in rifugio.

Info: Dalle 9.00 alle 16.00 circa – Età min. 12 anni – Difficoltà: medio/facile – Ritrovo presso Bici Grill loc. sud Moena di fronte il campo di calcio.

Costo extra noleggio Bike (convenzionato presso Bici Grill) e pranzo.



Pomeriggio

LA CITTÀ 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.

Info: Dalle 14.30 alle 17.30 circa – Per tutti **FAMILY** – Ritrovo presso partenza seggiovia Costabella al Passo San Pellegrino. Possibile con passeggino da trekking.



ATTIVITÀ GRATUITE CON APT VAL DI FASSA CARD

Mattino

ANDAR PER MALGHE - LA VIA LATTEA

Escursione facile con gli Accompagnatori di media montagna in zona Moena con visita all'agriturismo "El Mas" e degustazione di prodotti tipici.

Info: Dalle 9.00 alle 12.30 circa – Per tutti **FAMILY** – Difficoltà: facile – Ritrovo presso Sport Check Point Moena

Extra per degustazione: adulti euro 12 bambini (7-14 anni) euro 6. Possibile con passeggino.



SABATO

Mattino

GENTE DI TRINCEA – LA VITA IN DOLOMITI DURANTE LA PRIMA GUERRA MONDIALE. Una straordinaria escursione in 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.

Info: Dalle 9.00 alle 12.00 circa – Età min. 8 anni – Difficoltà: medio/facile – Ritrovo presso loc. Fango/statale Passo San Pellegrino.

