



# MuoverSì

TREKKING, PASSEGGIATE E BUON CIBO IN SICUREZZA

Escursioni ed emozioni da vivere e da condividere per riscoprire la voglia di stare insieme e di assaporare l'autenticità e la genuinità dei prodotti del territorio. Con le nostre **guide alpine** o i nostri **accompagnatori di media montagna** in tutta sicurezza. Se deciderai di partecipare alle nostre escursioni, non dovrai pensare proprio a nulla! Se lo vorrai ti faremo trovare alla partenza una **sacca picnic** con tutto il necessario per un buon pranzo all'aria aperta.

[www.valdisole.net](http://www.valdisole.net)



# QUOTA DI PARTECIPAZIONE

PREZZI A PERSONA PER ESCURSIONE

€ 12

ADULTI

€ 6

BAMBINI 3-11 ANNI

GRATIS

BAMBINI 0-2 ANNI

## ATTREZZATURA NECESSARIA

TUTTO QUELLO CHE DEVI PORTARE CON TE

scarponcini da trekking, pantaloni lunghi, giacca impermeabile, cappellino, berretto e guanti, zaino, crema solare, occhiali da sole, acqua 1l circa, cioccolato, frutta secca e, dove necessario pranzo al sacco, macchina fotografica

## LINEE GUIDA COVID-19

ESCURSIONI IN TUTTA SICUREZZA



## SCEGLI IL PRANZO AL SACCO «VAL DI SOLE»

GUSTA I PRODOTTI GASTRONOMICI LOCALI

€ 10

ADULTO

€ 8

BAMBINO

Le aziende associate alla **Strada della Mela e dei Sapori delle Valli di Non e di Sole** prepareranno per te tutto il necessario per un **gustoso pic-nic** che potrai ritirare direttamente alla partenza dell'escursione.

Non mancheranno golosi panini, i dolci della tradizione, la frutta fresca e un delizioso succo, il tutto realizzato con i prodotti a km 0 del nostro territorio.

Ti chiediamo di portare con te solo una borraccia con l'acqua per limitare il più possibile l'uso della plastica.

**E la sacca... te la regaliamo noi!**





# OGNI LUNEDÌ

DAL 6 LUGLIO AL 24 AGOSTO 2020

## IL LAGHETTO DELLE STELLE - LAGOSTEL

### **Gruppo Ortles - Cevedale**

Dal Lago Pian Palù, lungo un sentiero panoramico fino a malga Paludei, tra antiche carbonaie, il lago dei girini, la Val Piana e la Punta S. Matteo fino Lagostel e i siti della Grande Guerra.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Peio Fonti - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.700 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.455 m
<i>Dislivello totale salita</i>	800 m
<i>Quota extra</i>	parcheggio a pagamento località Fontanino (3,00 €)
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Chalet Alpenrose (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## TREKKING AI LAGHI CORVO

### **Gruppo Ortles - Cevedale, Parco Nazionale dello Stelvio**

Passando per laricete e pascoli alpini si supera il limite vegetativo dove il colore del cielo si fonde con quello dei Laghi Corvo, fissando questo luogo nella memoria di chi lo raggiunge.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Rabbi San Bernardo - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.450 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.425 m
<i>Dislivello totale salita</i>	975 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Rifugio Lago Corvo
<i>Livello escursionistico</i>	impegnativo

## AL COSPETTO DELLA REGINA DEL BOSCO

### **Gruppo Adamello - Presanella**

Un'escursione che richiama i paesaggi del Nord Europa: dal lago dei Caprioli, alla palude del Lago Stablo con un magnifico panorama dalla Malga Alta sulla Val di Peio.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Malga Bassa Fazzon c/o il parcheggio - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.250 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.712 m
<i>Dislivello totale salita</i>	462 m
<i>Quota extra</i>	parcheggio Malga Bassa Fazzon (3,00 €)
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Malga Alta Fazzon
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## AL LAGO DELLE MALGHETTE

### **Gruppo Dolomiti di Brenta, Parco Naturale Adamello Brenta**

Uno dei più belli specchi d'acqua della zona, con una vista infinita sulle Dolomiti di Brenta settentrionali.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Folgarida e Marilleva 1.400 - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.860 m (da Folgarida) - 1.880 m (da Marilleva)
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.180 m (da Folgarida) - 2.180 m (da Marilleva)
<i>Dislivello totale salita</i>	500 m da Folgarida) - 550 m (da Marilleva)
<i>Quota extra</i>	funivia Folgarida - Malghet Aut o funivia Copai - Panciana
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## DRITTI AL CUORE DELLE DOLOMITI DI BRENTA - RIFUGIO TUCKETT

### **Gruppo Dolomiti di Brenta, Parco Naturale Adamello Brenta**

Tra cascate e tipici rifugi alpini, una magnifica escursione nel cuore delle Dolomiti di Brenta.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Folgarida - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.513 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.270 m
<i>Dislivello totale salita</i>	757 m
<i>Quota extra</i>	parcheggio Vallesinella (8,00 €) – da prenotare
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Agritur Il Tempo delle Mele (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio



DAL 7 LUGLIO AL 25 AGOSTO 2020

## SULLE RIVE DEI GHIACCIAI

### **Gruppo Adamello - Presanella**

Sui sentieri teatro della Prima Guerra Mondiale, tra vista sul ghiacciaio Pian di Neve, il suggestivo lago Scuro, fino al Rifugio Mandrone, con la possibilità di avvistare i maestosi stambecchi.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Passo Tonale - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	3.000 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	3.000 m
<i>Dislivello totale salita</i>	550 m
<i>Quota extra</i>	telecabine Paradiso e Presena
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio



## SPECCHIARSI NEI LAGHI ALPINI: I LAGHI DEL CEVEDALE

### Gruppo Ortles - Cevedale, Parco Nazionale dello Stelvio

I laghetti glaciali del Cevedale, incastonati tra le rocce, sorprendono lo sguardo con il contrasto del colore dell'acqua e le splendide fioriture che li circondano. Accompagnati da una guida del Parco, si percorrono i sentieri che conducono a paesaggi montani unici ed affascinanti.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Centro Visitatori Parco Peio - ore 8:15
<i>Quota di partenza</i>	2.000 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.700 m
<i>Dislivello totale salita</i>	700 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Rifugio Larcher
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## GLI ALPEGGI PANORAMICI DEL MONTE SOLE

### Parco Nazionale dello Stelvio

Dalla quiete del torrente, alle antiche malghe adagate su pascoli verdeggianti fino alla scoperta di una delle terrazze panoramiche naturali più preziose della meravigliosa Val di Rabbi.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Rabbi Fonti c/o piazzale terme - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.549 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.216 m
<i>Dislivello totale salita</i>	667 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Malga Monte Sole
<i>Livello escursionistico</i>	impegnativo

## I «LARESI» DE LA TEGIA

### Gruppo Ortles - Cevedale

Escursione naturalista in un ambiente particolare, alla scoperta dei larici ultracentenari. Storia e tradizioni dei nostri contadini con un panorama magnifico.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Commezzadura - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.600 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.900 m
<i>Dislivello totale salita</i>	300 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## ANELLO DI MALGA MONDENT AUT

### Gruppo Ortles - Cevedale

Malghe, masi antichi e panorami spettacolari ci accompagnano in questa escursione in cui l'alternanza tra boschi e verdi alpeggi pascolati dalle mucche ci mostra l'equilibrio instaurato nei secoli tra la montagna ed i suoi abitanti.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Pracorno di Rabbi c/o parcheggio chiesa parrocchiale - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.404 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.075 m
<i>Dislivello totale salita</i>	671 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Malga Mondent
<i>Livello escursionistico</i>	medio



# OGNI MERCOLEDÌ

DALL' 8 LUGLIO AL 26 AGOSTO 2020

## RIFUGIO DENZA AI PIEDI DELLA PRESANELLA (la cima più alta del Trentino)

### Gruppo Adamello - Presanella

Percorrendo una caratteristica mulattiera della Prima Guerra Mondiale, tra suggestivi ambienti e panorami, si raggiunge il Rifugio Denza, ai piedi del ghiacciaio della Cima Presanella.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Centro Fondo Vermiglio - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.273 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.300 m
<i>Dislivello totale salita</i>	1.025 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Rifugio Denza
<i>Livello escursionistico</i>	impegnativo

## IL GIARDINO DELL'APE

### Gruppo Ortles - Cevedale

Prati e pascoli ricchi di fioriture sempre nuove e sempre diverse, le mucche e i cavalli della malga. La storia dell'uomo che si lega al suo territorio, fino ad arrivare ai larici ultrasecolari e alle vicine antiche miniere.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Peio Fonti - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.435m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.180 m
<i>Dislivello totale salita</i>	700 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Chalet Alpenrose (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## PONTE TIBETANO E GIRO DELLE MALGHE IN VAL DI RABBI

### Parco Nazionale dello Stelvio

Il brivido di camminare sospesi nel vuoto, sopra la cascata Ragaiolo e Il piacere di incontrare lungo il percorso alcune delle più belle malghe monticate della zona.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Rabbi Fonti c/o piazzale terme - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.250 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.550 m
<i>Dislivello totale salita</i>	400 m
<i>Quota extra</i>	Parcheggio Colér (€ 5,00)
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Malga Stablasolo
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## I VERDI PASCOLI DI VALPIANA

### Gruppo Adamello - Presanella

Alla scoperta di una valle ricca e rigogliosa, dove i pascoli abbondano, una piccola cascata scende lungo una parete rocciosa e la tranquillità regna sovrana...

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Fucine di Ossana c/o piazzale autobus - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.000 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.400 m
<i>Dislivello totale salita</i>	400 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	facile

## ALLA SCOPERTA DEL GALLO CEDRONE E DEI TRONCHI MILLENARI

### Lago delle Malghette e i 3 Laghi, Parco Naturale Adamello Brenta

Nello scenario delle Dolomiti di Brenta vedremo splendidi specchi d'acqua (lago delle Malghette, lago Alto, I 3 laghi e lago Serodoli), nel territorio del maestoso gallo cedrone e delle torbiere con tronchi millenari.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Folgarida - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.660 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.280 m
<i>Dislivello totale salita</i>	620 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Agritur Il Tempo delle Mele (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio



## QUELLO CHE I LIBRI DI STORIA NON RACCONTANO

### Gruppo Ortles - Cevedale

Alla scoperta delle fortificazioni austroungariche, erette a difesa della linea di fronte della Prima Guerra Mondiale, con vista sul massiccio della Presanella.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio informazioni Passo Tonale - ore 08:45
<i>Quota di partenza</i>	1.987 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.077 m
<i>Dislivello totale salita</i>	340 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## SFIORANDO IL CIELO: SALITA AL MONTE VIOZ

### Gruppo Ortles - Cevedale, Parco Nazionale dello Stelvio

Il Monte Vioz è una delle meraviglie del Parco Nazionale dello Stelvio. L'itinerario, passando dal Rifugio Mantova, raggiunge i 3.645 metri, con panorami eccezionali sui gruppi dell'Adamello, dell'Ortles-Cevedale sulle Dolomiti e sulle Alpi svizzere. In questi luoghi è facile avvistare aquile e gipeti che volteggiano nel cielo.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Peio Fonti c/o Piazzale Telecabina - ore 7.45
<i>Quota di partenza</i>	2.315 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	3.645 m
<i>Dislivello totale salita</i>	1.330 m
<i>Tariffa escursione</i>	15,00 € adulti – 7,50 € bambini
<i>Quota extra</i>	funivia Peio Fonti-Tarlenza e seggiovia Doss dei Gembri
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Rifugio Vioz
<i>Livello escursionistico</i>	impegnativo

## IL FASCINO PIÙ SELVAGGIO DEL PARCO DELLO STELVIO - LA VAL COMICIOLO

### Gruppo Ortles - Cevedale

Due visuali differenti sul lago del Pian Palù, fino a raggiungere le praterie d'alta quota.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Peio Fonti - ore 8:45
<i>Quota di partenza</i>	1.686 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.300 m
<i>Dislivello totale salita</i>	614 m
<i>Quota extra</i>	parcheggio Fontanino (€ 3,00)
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Chalet Alpenrose (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## LA SCALINATA DEI LARICI MONUMENTALI

### Parco Nazionale dello Stelvio

Uno dei posti più affascinanti del Parco Nazionale: salendo si incontrano le fragorose cascate di Saént, il prato di Saént dove il rumore dell'acqua lascia il posto ai fischi di allarme delle marmotte, la scalinata con 23 giganteschi larici cresciuti tra i sassi, che da più di 300 anni affasciano i visitatori con le loro forme particolari.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Centro Visitatori Rabbi - ore 8:15
<i>Quota di partenza</i>	1.443m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.900 m
<i>Dislivello totale salita</i>	457 m
<i>Quota extra</i>	parcheggio Còler (€ 5,00)
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Maso Fior di Bosco (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## LA DOLCE VITA TRA I MONTI

### Gruppo Ortles - Cevedale

Lungo le malghe alpeggiate, fino a malga Bronzolo, tra animali al pascolo ed uno splendido panorama sui gruppi montuosi Adamello-Presanella e Dolomiti di Brenta.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Pellizzano c/o Birreria Stal - ore 08:45
<i>Quota di partenza</i>	1.765 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.085 m
<i>Dislivello totale salita</i>	320 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pranzo c/o Malga Stabli
<i>Livello escursionistico</i>	facile





# OGNI VENERDÌ

DAL 10 LUGLIO AL 28 AGOSTO 2020

## GIROVAGANDO TRA GLI ALPEGGI

### **Gruppo Ortles - Cevedale**

Pascoli d'alta quota ed un panorama mozzafiato sulla Presanella e tutte le cime vicine, tra i caratteristici masi di Dasaré.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio informazioni Vermiglio - ore 08:45
<i>Quota di partenza</i>	1.324 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.936 m
<i>Dislivello totale salita</i>	612 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio-facile

## UN CANTO NEL BOSCO

### **Gruppo Ortles - Cevedale, Parco Nazionale dello Stelvio**

Attraverso il Sentiero Italia, andiamo alla scoperta di Malga Talé e il suo Centro Visitatori dedicato ai «Galli di montagna» e dell'incantato bosco degli urogalli.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Peio Paese c/o piazzale autobus - ore 08:45
<i>Quota di partenza</i>	1.584 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.770 m
<i>Dislivello totale salita</i>	350 m
<i>Quota extra</i>	ingresso alla malga Talé biglietto € 2, gratis con Trentino Guest Card
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Chalet Alpenrose (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio-facile

## I TESORI DELLE MALGHE: VIAGGIO NEL MONDO DEL LATTE

### **Gruppo Ortles - Cevedale**

Tra ampi pascoli e rintocchi dei campanacci, andremo alla scoperta della vita dei malgari, custodi di un tesoro prezioso: il latte di alta montagna.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Rabbi - ore 08:45
<i>Quota di partenza</i>	1.450 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	2.021 m
<i>Dislivello totale salita</i>	700 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Maso Fior di Bosco (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio-facile

## CIMON DE BOLENTINA

### Gruppo Ortles - Cevedale

Splendida escursione in luogo sconosciuto. Boschi di abete rosso e larice si alternano a pascoli brucati da mucche fortunate. Sul «Cimon» il panorama è mozzafiato, tra i migliori dell'intera Val di Sole.

*Punto ed orario di partenza* Malé c/o piazzale Guardi - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.359 m

*Quota massima raggiunta* 2.301 m

*Dislivello totale salita* 942 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Agritur Il Tempo delle Mele (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* impegnativa

## TREKKING DEI 5 LAGHI

### Gruppo Dolomiti di Brenta

Itinerario che si svolge in un ambiente selvaggio, ricco di corsi d'acqua e laghi. Durante l'escursione si può ammirare sullo sfondo il gruppo delle Dolomiti di Brenta.

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Folgarida - ore 08:45

*Quota di partenza* 2.000 m

*Quota massima raggiunta* 2.400 m

*Dislivello totale salita* 400 m (in discesa 900 m)

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Agritur Il Tempo delle Mele (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* impegnativa



DAL 4 LUGLIO AL 29 AGOSTO 2020

## TRA NATURA SELVAGGIA E FRAMMENTI DI STORIA – LA CITTA' MORTA

### Gruppo Ortles - Cevedale

Escursione che si alterna tra ricchi spunti storici con molte testimonianze della Prima Guerra Mondiale (trincee, depositi, villaggio militare, forte) e ampie praterie d'alta quota con vista sulle cime Presanella, Presena e Busazza.

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Passo Tonale - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.987 m

*Quota massima raggiunta* 2.540 m

*Dislivello totale salita* 553 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* medio



## LA MAGIA DELL'ALPEGGIO: TRADIZIONE E MODERNITÀ

### Gruppo Ortles - Cevedale, Parco Nazionale dello Stelvio

NestAlp Malga Campo è situata nella splendida Val di Peio a 1.979 m, un luogo autentico dove si producono diversi prodotti caseari come formaggi e burro di malga. Un piccolo museo sulle attività della malga regala inoltre all'ospite un autentico tuffo nel passato!

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Cogolo - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.800 m

*Quota massima raggiunta* 2.200 m

*Dislivello totale salita* 400 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pranzo c/o Malga Campo

*Livello escursionistico* medio-facile

## AI PIEDI DELLA CIMA STERNAI: ESCURSIONE AL RIFUGIO DORIGONI

### Gruppo Ortles - Cevedale, Parco Nazionale dello Stelvio

Accompagnati dalle guide alpine in una delle valli più autentiche del Parco dove gli incontri con la fauna selvatica sono frequenti. Tra boschi di larici, le cascate di Saént, praterie alpine, lungo il «Sentiero degli alpinisti» si raggiunge il Rifugio Dorigoni, ai piedi dell'imponente Cima Sternai.

*Punto ed orario di partenza* Centro Visitatori Rabbi - ore 07:45

*Quota di partenza* 1.443 m

*Quota massima raggiunta* 2.437 m

*Dislivello totale salita* 994 m

*Tariffa escursione* 15,00 € adulti - 7,50 € bambini

*Quota extra* parcheggio Colèr (€ 5,00)

*Pranzo* possibilità di pranzo c/o Rifugio Dorigoni

*Livello escursionistico* impegnativo

## LAGHETTI DI MEZZANA

### Gruppo Adamello - Presanella

Escursione ai due splendidi laghetti di origine glaciale incastonati tra la roccia granitica.

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Marilleva 1400 - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.880 m

*Quota massima raggiunta* 2.100 m

*Dislivello totale salita* 250 m

*Quota extra* funivia Copai - Panciana

*Pranzo* possibilità di pranzo c/o Rifugio Agli Orti

*Livello escursionistico* medio

## IL GIARDINO STELLATO

### Gruppo Dolomiti di Brenta

Malga Valliana si trova in un magnifico pascolo ai piedi delle Dolomiti di Brenta tra boschi e prati di alta montagna ricchi di stelle alpine. Si possono poi raggiungere i rifugi Graffer e Boch e il magnifico Laghetto Spinale.

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Folgarida - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.775 m

*Quota massima raggiunta* 2.261 m

*Dislivello totale salita* 468 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Agritur Il Tempo delle Mele (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* medio-facile



# OGNI DOMENICA

DAL 5 LUGLIO AL 30 AGOSTO 2020

## SUL SENTIERO DELLA PACE

### **Gruppo Adamello - Presanella**

Da Passo del Tonale all'alveo Presena per poi giungere a Ghiacciaio Presena, il sentiero della Pace si snoda fra strade e mulattiere della prima guerra mondiale in terreno granitico e con dei piccoli ghiacciai.

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Passo Tonale - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.890 m

*Quota massima raggiunta* 2.585 m

*Dislivello totale salita* 690 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* medio-difficile

## I CUSTODI DEL TEMPO

### **Gruppo Ortles - Cevedale**

In un contesto di antichi masi in un tappeto verde si risale la Val de la Mare sulla sx orografica per arrivare fino ai larici secolari di Cavaion. Rientro inizialmente sulla dx orografica effettuato costeggiando il torrente Noce Bianco.

*Punto ed orario di partenza* Ufficio Informazioni Cogolo - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.250 m

*Quota massima raggiunta* 1.900 m

*Dislivello totale salita* 650 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Chalet Alpenrose (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* medio

## CAMPO SECCO CHE SPETTACOLO

### **Gruppo Ortles - Cevedale**

Splendido giro ad anello in luoghi belli e selvaggi. Peccete, larici e distese di rododendri ci accolgono nell'habitat per eccellenza del gallo forcello fino ad arrivare a Campo Secco, una terrazza panoramica immensa.

*Punto ed orario di partenza* Rabbi Fonti c/o piazzale terme - ore 08:45

*Quota di partenza* 1.547 m

*Quota massima raggiunta* 2.326 m

*Dislivello totale salita* 779 m

*Quota extra* nessuna quota aggiuntiva

*Pranzo* possibilità di pic-nic Maso Fior di Bosco (su prenotazione c/o uffici informazioni)

*Livello escursionistico* medio



## I SEGRETI DI UN'OASI ALPINA – IL LAGO DI BARCO

### Gruppo Adamello - Presanella

Da verdi prati falciati ci si addentra in un fitto bosco di abeti e si raggiungono radure che lasciano il posto al bosco che, come per magia, si aprirà solo in prossimità del lago. Bellissima visuale sulla Val di Peio dalla Malga del Doss.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Ufficio Informazioni Vermiglio - ore 08.45
<i>Quota di partenza</i>	1.240 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	1.908 m
<i>Dislivello totale salita</i>	668 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Ristorante Santoni (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## SULLE ANTICHE VIE DELL'ACQUA

### Gruppo Ortles - Cevedale

Interessante percorso ad anello ricco di storia e tradizione: il «Sentiero Val di Sole» ricalca l'antica *léc* che portava l'acqua dal paese di Pracorno fino alle coltivazioni agricole della bassa valle. Passando sull'antica via Romana, si possono notare siti come la storica Fucina Marinelli ed il Molino Ruatti.

<i>Punto ed orario di partenza</i>	Malé c/o piazzale Guardi – ore 08:45
<i>Quota di partenza</i>	700 m
<i>Quota massima raggiunta</i>	850 m
<i>Dislivello totale salita</i>	150 m
<i>Quota extra</i>	nessuna quota aggiuntiva
<i>Pranzo</i>	possibilità di pic-nic Agritur Il Tempo delle Mele (su prenotazione c/o uffici informazioni)
<i>Livello escursionistico</i>	medio

## INFO & PRENOTAZIONI



### AZIENDA TURISMO VAL DI SOLE

I - 38027 MALÉ (TN) - Via Guglielmo Marconi 7

Tel. 0463.901280 - [info@valdisole.net](mailto:info@valdisole.net) - [www.valdisole.net](http://www.valdisole.net)

### UFFICI INFORMAZIONE E ACCOGLIENZA TURISTICA

#### MALÉ

[info@valdisole.net](mailto:info@valdisole.net) Tel. 0463 901280

#### DIMARO

[dimaro.folgarida@valdisole.net](mailto:dimaro.folgarida@valdisole.net) Tel. 0463 986113

#### MEZZANA

[marilleva@valdisole.net](mailto:marilleva@valdisole.net) Tel. 0463 757134

#### PASSO TONALE

[tonale@valdisole.net](mailto:tonale@valdisole.net) Tel. 0364 903838

#### PEIO

[peio@valdisole.net](mailto:peio@valdisole.net) Tel. 0463 753100

#### COGOLO DI PEIO

[info@visitvaldipejo.it](mailto:info@visitvaldipejo.it) Tel. 0463 754345

#### RABBI

[info@valdirabbi.com](mailto:info@valdirabbi.com) Tel. 0463 985048

#### VERMIGLIO

[info@vermigliovacanze.it](mailto:info@vermigliovacanze.it) Tel. 0463 758200

#### COMMEZZADURA

[prolococommezzadura@gmail.com](mailto:prolococommezzadura@gmail.com) Tel. 0463 974840

#### FOLGARIDA

[folgarida@valdisole.net](mailto:folgarida@valdisole.net) Tel. 0463 986608

#### MARILLEVA 1400

[info@marilleva.it](mailto:info@marilleva.it) Tel. 0463 757588

#### OSSANA

[info\\_ossana@virgilio.it](mailto:info_ossana@virgilio.it) Tel. 0463 751301

#### PELLIZZANO

[info@pellizzano.com](mailto:info@pellizzano.com) Tel. 0463 751183