



# ACTIVITY TRENTINO

Inverno **2020\_21** programma **21dic\_14Mar**

Ciaspole, Scialpinismo, Ghiaccio Climbing, la vera neve



Esperienze outdoor **a stretto contatto della natura** nel silenzio dei boschi e delle cime delle montagne, **fuori dal caos e dalla folla**, per assaporare il vero gusto della montagna invernale.

**Piccoli gruppi guidati dai professionisti della montagna** per eccellenza, le Guide Alpine custodi dei segreti delle vette.

Un pò di fatica, tanta scoperta, **una porta spalancata sulla natura nascosta agli occhi di tutti.**

## PROGRAMMA SETTIMANALE inverno 2020 -21

21 dicembre > 14 marzo



### LUNEDI'

**Andalo** h. 10,00 / 12,00 – **CIASPOLE** escursione con le Racchette da neve al pian dei Sarnacli. I segreti del bosco.  
**family8+**

Passeggiare nel bosco lungo il bellissimo percorso che porta al Pian dei Sarnacli, attraverso un piccolo canyon e i boschi da fiaba che circondano Andalo.

**Iscrizione:** prenotazione attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Appuntamento:** centro sportivo di Andalo palestra di arrampicata, casetta delle Guide Alpine

**Che cosa portare:** scarponcini da trekking, guanti e berretto.

**Difficoltà:** facile e per tutti. Bambini dagli 8 anni. Bambini piccoli nello zainetto.

**Consumo calorico:** 200 – 250 calorie.

**Costi:** noleggio ciaspole € 7,00.



**Andalo dal lunedì al sabato** h. 9,00/10,50 – **SCI** - Corso di sci alpino per Adulti propedeutico allo Scialpinismo.

La durata del corso è di 6 giorni, per un totale di 12 ore + 4 ore offerte con Guida Alpina e Maestri Sci. Il corso si attiva con un minimo di 4 partecipanti, adulti – maggiorenni.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria entro le ore 21:00 del giorno precedente attraverso l'applicazione dedicata, alla reception o <https://www.scuolaitalianasci.com/it/corsi-di-sci/adulti>, inserendo il coupon sconto dell'hotel.

**Appuntamento:** Direttamente nel comodo campo scuola di Rindole presso la casetta della Scuola.

**Costi:** 125 € anziché 165 €, prezzo scontato riservato per gli Ospiti degli Activity Hotel.

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.

## LUNEDI'

**Andalo** h. 14,00 / 16,00 – **SCI NORDICO** prova lo sci di fondo con i maestri di sci.  
**family8+**

Uno sport invernale aerobico che brucia calorie, nella tranquillità dei boschi intorno al laghetto di Andalo. Equilibrio, coordinazione che coinvolge tutti i muscoli del corpo. Una grossa opportunità di provare questa disciplina seguiti dagli insegnamenti dei nostri maestri di sci di fondo.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Appuntamento:** Centro sportivo di Andalo ufficio noleggio e Scuola sci di fondo, presso gli spogliatoi del campo da calcio, oppure al Pian Dosson, in relazione alle condizioni meteo e di neve.

**Che cosa portare:** comodo abbigliamento da montagna, guanti e berretto.

**Difficoltà:** facile e per tutti, adulti e bambini. I bambini dagli 8 anni.

**Consumo calorico:** 400 calorie.

**Costi:** noleggio attrezzatura sci € 10,00

## MARTEDI'



**Andalo** h. 06,30/10,00 – **CIASPOLE\_SUNRISE** escursione con le Racchette da neve in quota all'alba  
**family14+**

Escursione al sorgere del sole sulla Paganella. Le prime luci dell'alba, l'aria frizzante, la neve immacolata e un paesaggio dolomitico mozzafiato. Il tutto abbinato ad una colazione dolce e salata con i sapori tradizionali locali.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception. **Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto, maglietta di ricambio, termos con bevanda calda, pila frontale.

**Difficoltà:** Per persone abituate alle camminate. 5 km. di sviluppo con 300 m. Di dislivello in salita. Ragazzi dai 14 anni. Attenzione: la colazione si effettuerà dopo la prima parte di escursione.

**Consumo calorico:** oltre 600 calorie.

**Costi:** noleggio ciaspole € 7, eventuale colazione in rifugio.

*In caso di forte vento, o condizioni meteorologiche da tali compromettere la sicurezza dei partecipanti, l'iniziativa verrà annullata*

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innnevamento artificiale delle piste.



## MARTEDI'

**Andalo dal martedì al venerdì h. 14,00 / 16,00 – CORSO DI SCI NORDICO**  
corso di sci di fondo con i maestri di sci.  
family 8+

Corso di sci di fondo intorno al laghetto di Andalo o nei boschi della Paganella su percorsi pianeggianti e facili, per imparare la tecnica e il piacere dello scivolamento con il passo alternato e pattinato, seguiti professionalmente dai maestri di sci della Scuola di sci Dolomiti di Brenta.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività attraverso l'applicazione dedicata ,o alla reception, oppure in anticipo e direttamente ON-LINE al seguente indirizzo: <http://www.scuolaitalianasci.com/it/corsi-di-sci/fondo>. **Appuntamento:** Centro sportivo di Andalo ufficio noleggio e Scuola sci di fondo, presso gli spogliatoi del campo da calcio, oppure al Pian Dosson, in relazione alle condizioni meteo e di neve.

**Che cosa portare:** comodo abbigliamento da montagna, guanti e berretto.

**Difficoltà:** facile e per tutti, adulti e bambini. I bambini dagli 8 anni.

**Consumo calorico:** oltre 400 calorie al giorno. **Costi:** Scuola di sci e noleggio completo attrezzatura € 125. Prezzo scontato riservato per gli Ospiti degli Activity Hotel

**Andalo h. 16,00 / 19,30 – APERICIASPOLA, CIASPOLE IN QUOTA AL TRAMONTO, Aperitivo & Falò** Escursione con le racchette da neve al tramonto, Passo di S.Antonio family 10+

Saliremo in quota con gli impianti di risalita per poi passeggiare con le ciaspole nelle foreste della Paganella. Il giorno che lascia il posto alla sera. Un bellissimo percorso ad anello con un aperitivo intorno al falò al rifugio.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua, snack, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto.

**Difficoltà:** per persone che camminano. 6 km.di sviluppo con salite di montagna. Bambini dai 10 anni. Bambini piccoli nello zainetto.

**Consumo calorico:** 350 – 400 calorie.

**Costi:** noleggio racchette da neve € 7.00, più il biglietto per l'impianto di risalita

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.

## MERCOLEDI'

**Andalo** h. 09,00/12,30 – Scopriamo cos'è lo **SCI ALPINISMO**  
**Boys 14+**

Prova l'esperienza di salire con le pelli di foca. Apprenderemo le tecniche di salita con le pelli di foca, le nozioni base di nivologia e di autosoccorso. Con le Guide Alpine Activity alla scoperta di questa affascinante ed emergente disciplina.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

(prenotazione dell'attrezzatura obbligatoria, numero di piede e altezza).

**Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese di fronte alla Telecabina, via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** attrezzatura da scialpinismo (eventuale noleggio presso il luogo dell'appuntamento) e zainetto con giacca a vento, maglietta di ricambio, occhiali da sci, guanti da sci, acqua e snack.

**Difficoltà:** per sciatori che sanno affrontare almeno le piste rosse.

**Consumo calorico:** 400 – 600 calorie.

**Costi:** noleggio attrezzatura da scialpinismo € 30,00 più gli impianti di risalita.

## MERCOLEDI'

**Andalo** h. 14,00 / 16,30 – **CIASPOLE IN QUOTA** escursione con le Racchette da neve in quota in Paganella/ Conca d'Argento **family8+**

Camminare fuori dai sentieri battuti con le ciaspole è una bellissima attività outdoor alla portata di tutti. Un'occasione per apprezzare la natura e la montagna d'inverno con panorami unici sulle Dolomiti di Brenta.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception. **Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua, snack, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto.

**Difficoltà:** Facile per tutti. 5 km.di sviluppo con salite di montagna. Bambini dagli 8 anni. Bambini piccoli nello zainetto. **Consumo calorico:** 300 – 400 calorie.

**Costi:** noleggio racchette da neve € 7,00 più il biglietto per l'impianto di risalita.

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innnevamento artificiale delle piste.

## GIOVEDI'

**Andalo** h. 09,30 / 16,00 – **CIASPOLE** escursione con le Racchette da neve in quota al Rifugio Montanara. **family 12+**

Un'escursione classica da non perdere! Fuori dai sentieri battuti per raggiungere l'accogliente rifugio La Montanara, ai piedi delle cime delle Dolomiti di Brenta. Pranzo in rifugio.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Appuntamento:** al Centro sportivo di Andalo alla palestra di arrampicata dove c'è la casetta delle Guide Alpine

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua o termos con bevanda calda, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking, guanti e berretto, maglietta di ricambio.

**Difficoltà:** Per persone abituate alle facili escursioni; 500 m. di dislivello in salita per 10 km di sviluppo. Ragazzi dai 12 anni.

**Consumo calorico:** 400/500 calorie. **Costi:** noleggio racchette da neve € 7,0

## VENERDI'

**Andalo** h. 15,45 / 23,00 – **CIASPOLE** Escursione al tramonto con le ciaspole con Cena tipica allo chalet Meriz **family 10+**

Raggiungere un accogliente chalet di montagna con le ciaspole per gustarsi la cena. Un'emozionante escursione al crepuscolo, camminando nei boschi a stretto contatto con la natura. Dopo cena discesa con impianto a Fai della Paganella e rientro in autobus privato ad Andalo.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua o termos con bevanda calda, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking, guanti e berretto, maglietta di ricambio.

**Difficoltà:** Per persone abituate alle facili escursioni, 6 km. Di sviluppo con saliscendi. Ragazzi dai 10 anni. **Consumo calorico:** 300 – 350 calorie.

**Costi:** € 38,00. **La proposta include :** Trasporti (pullman e discesa versante Fai della Paganella) Cena Menù à la Carte, acqua e vini selezionati dalla cantina Trento DOC. **Non include:** risalita impianto Andalo/Dosson, noleggio ciaspole € 7.

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innervamento artificiale delle piste.

## VENERDI'



**Andalo** 09,00 / 12,30 – **CASCATA DI GHIACCIO** Prova di scalata su una vera cascata di ghiaccio **family 16+**

Ghiaccio vero di cascata e una parete. In un angolo nascosto della nostra località puoi provare in tutta sicurezza accompagnato dalle nostre Guide Alpine l'esperienza di scalare una cascata di ghiaccio. Ambiente solitario e affascinante per un'attività esclusiva e unica.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception. **Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua o termos con bevanda calda, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking, 2 paia di guanti e berretto, maglietta di ricambio, abbigliamento invernale comodo e caldo.

**Difficoltà:** Per persone sportive. Ragazzi dai 16 anni. **Consumo calorico:** 300 – 350 calorie.

**Costi:** € 30,00, per noleggio attrezzatura tecnica: imbragatura, casco, ramponi, piccozze e scarponi semiramponabili. Spostamento con i mezzi propri nei pressi dell'attività.

## SABATO

**Andalo** h. 9,00 / 13,00 – **CIASPOLE IN QUOTA** escursione con le Racchette da neve in quota in Paganella/S.Antonio. **family10+**

Camminare fuori dai sentieri battuti con le ciaspole è una bellissima attività outdoor alla portata di tutti. Un'occasione per apprezzare la natura e la montagna d'inverno con panorami unici sulle Dolomiti di Brenta.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception. **Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua, snack, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto.

**Difficoltà:** Facile per tutti. 5 km. di sviluppo con salite di montagna. Bambini dai 10 anni. Bambini piccoli nello zainetto.

**Consumo calorico:** 300 – 400 calorie.

**Costi:** noleggio racchette da neve € 7,00 più il biglietto per l'impianto di risalita

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innnevamento artificiale delle piste.

## DOMENICA

**Molveno** h. 9,00/12,00 – **CIASPOLE** escursione con le Racchette da neve in quota nelle Dolomiti di Brenta. Località Pradèl, Palòn di Tovre  
**family10+**

Nel cuore delle Dolomiti di Brenta per ammirare gli scenari delle guglie Dolomitiche e gli scorci sul lago di Molveno dall'altopiano del Pradèl.

**Appuntamento:** Molveno, partenza della cabinovia del Pradèl, all'entrata del paese di Molveno.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Costi:** noleggio racchette da neve € 7,00 più il biglietto per l'impianto di risalita.

### SPECIALE INVERNO 2021, solo nei giorni 16 e 31 gennaio



**Andalo** h. 6,00/11,00 – **TOP CIASPOLE\_SUNRISE** escursione con le Racchette da neve in quota all'alba con colazione in rifugio  
**family12+**

Escursione al sorgere del sole sulla cima della Paganella. Le prime luci dell'alba, l'aria frizzante, la neve immacolata e un paesaggio dolomitico mozzafiato. Il tutto abbinato ad una colazione dolce e salata con i sapori tradizionali locali.

**Iscrizione:** prenotazione obbligatoria attraverso l'applicazione dedicata o alla reception.

**Appuntamento:** Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

**Che cosa portare:** uno zainetto con acqua, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto, maglietta di ricambio, termos con bevanda calda.

**Difficoltà:** Per persone abituate alle camminate. 5 km. di sviluppo con 300 m. Di dislivello in salita. Ragazzi dai 12 anni. Attenzione: la colazione si effettuerà dopo la prima parte di escursione.

**Consumo calorico:** oltre 600 calorie.

**Costi:** € 10,00 per colazione. **Non include:** noleggio ciaspole € 7 e impianto di risalita.

*In caso di forte vento, o condizioni meteorologiche tali da impedire l'apertura dell'impianti o da tali compromettere la sicurezza dei partecipanti, l'iniziativa verrà annullata*

**Attività garantite in caso di mancanza di neve** le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.