

Marlene Weithaler
Thomas Plattner

A spasso col bebè

61 escursioni con il passeggino

**Nuova
edizione
ampliata**

TAPPEINER.





Gli autori

Marlene Weithaler, classe 1974, insegna inglese alle scuole superiori e, nel tempo libero, ama cimentarsi nelle escursioni in montagna.

Thomas Plattner, classe 1967, insegna matematica e fisica alle scuole superiori e, da molti anni, è socio del Soccorso Alpino Merano; con la sua famiglia ama trascorrere il tempo libero nella natura.

Max e Marie, i figli di Marlene e Thomas, sono i compagni fedeli delle loro escursioni: in passeggino, in spalla o a piedi, sono da sempre la forza trainante dei due autori nei loro tour alpini.

Marlene Weithaler

Thomas Plattner

A spasso col bebè

61 escursioni con il passeggino

TAPPEINER.



VAL VENOSTA

1	Alla Malga Resia in Alta Venosta	12
2	Ai laghi del Prete sul Watles	14
3	Malga di Melago in Vallelunga	16
4	Intorno al lago di San Valentino alla Muta	18
5	Una piacevole escursione alla Malga di Slingia	20
6	Da Stelvio al Rifugio Forcola	22
7	Al Rifugio Lyfialm in Alta Val Martello	24
8	Il Lago di Gioveretto in Val Martello	26



MERANO E DINTORNI

9	Al Rifugio Lyfialm in Alta Val Martello	28
10	Sentiero didattico di Rio Lagundo	30
11	Malga di Lazins in Alta Val Passiria	32
12	Malga Ulfas in Val Passiria	34
13	Da Valtina a Malga Vannes	36
14	Klammeben – Malga Gampen – Tall	38
15	Da Falzeben al Rifugio Merano	40
16	Alla Malga Leadner e al “Knottnkino”	42
17	Al laghetto “Schwarze Lacke” sul Monte San Vigilio	44
18	Sentiero naturalistico Vorbichl a Prissiano	46
19	Sentiero per famiglie sulla Schwemmalm	48
20	Malga Fiechtalm in Alta Val d’Ultimo	50
21	Malga Cloz, Malga Revò e Malga Kessel Bassa	52
22	Malga Luco – Passo Palade	54
23	Al Lago di Tret, Lago di Santa Maria	56



BOLZANO E DINTORNI

24	Alla Casera di Meltina sotto i “Stoanernen Mandln”	58
25	Dal Salto al Gschnofer Stall	60
26	Alle piramidi di terra col trenino del Renon	62
27	Al Corno del Renon, vetta nel cuore dell’Alto Adige	64
28	Da Reinswald alla Malga Getrumalm	66
29	Dal Lago di Valdurna alla Malga Seebalm	68
30	I Laghi di Monticolo con collina Wilder-Mann-Bühel	70
31	Girando attorno al Lago di Caldaro	72

32	Passo Mendola – Rifugio Mezzavia – Malga di Romeno . .	74
33	Escursione nei pressi di Aldino	76
34	Dal Passo Lavazè a Malga Costa	78

VAL D'ISARCO E ALTA VAL D'ISARCO

35	L'altopiano della Malga di Villandro	80
36	Woodywalk sulla Plose	82
37	Da Smuders alla Malga Prantneralm	84
38	Da Casateia a Mareta, percorso didattico incluso	86
39	Da Gasse alla miniera di Masseria	88
40	Malga Calice – Malga Rinneralm – Rifugio Saxner	90
41	Dalla cascata "Hölle" alla Malga dei Buoi	92



VAL PUSTERIA E VALLE AURINA

42	L'altopiano dell'Alpe di Rodengo	94
43	Da Spinga a Malga Anratter	96
44	Da Maranza al Rifugio Wieserhütte	98
45	Da Valles alla Malga Fane-Alm	100
46	Da Terento a Malga Astner	102
47	Alla Malga Knuttenalm in Val di Riva	104
48	Sentiero didattico intorno al Lago di Anterselva	106
49	Dal Lago di Braies alla Malga Foresta	108
50	Lago di Dobbiaco	110



DOLOMITI

51	Da Sesto al Rifugio Gallo Cedrone	112
52	Al Rifugio Fondo Valle in Val Fiscalina	114
53	Schnullermeile a Sesto	116
54	Da Pederù al Rifugio Fanes	118
55	Girando l'Alpe di Siusi	120
56	Rifugio Firenze e altopiano del Fermeda	122
57	Escursione nella Valle Langental	124
58	Da Zannes alla Malga Gampenalm	126
59	Dal Rifugio Duca di Pistoia alla Malga Heinzen	128
60	Dal Lago di Carezza alla Baita Häusler	130
61	Da Nova Ponente a S. Elena	132



Cosa è più importante per noi

Non è nostra intenzione imporci come professionisti, vogliamo solo condividere le nostre esperienze. Al centro di tutte le riflessioni deve esserci sempre il bambino. Questo è il compito dei genitori! Il vostro bambino quanto rimane nel passeggino? Riesce anche ad addormentarsi oppure preferisce muoversi? A quali intervalli il bambino viene allattato e cosa mangia? Vi invitiamo a riflettere attentamente su questi ed altri punti. Iniziate con un'escursione facile che non sia troppo lunga e il cui punto di partenza sia raggiungibile in poco tempo. Procedete a tentoni e godetevi il tempo trascorso nella natura!

Di seguito spiegheremo termini usati frequentemente e forniremo ulteriori indicazioni:

› Equipaggiamento

Durante le nostre escursioni abbiamo avuto modo di fare esperienza, specialmente per quanto riguarda l'equipaggiamento: per gli adulti valgono le solite indicazioni (scarponi solidi, ma comodi, vestirsi a strati, protezione solare, impermeabile, biancheria di ricambio, cassetta del pronto soccorso). Sostanzialmente ciò vale anche per il bambino a cui si aggiungono le cose necessarie per il cambio di pannolini. Inoltre una coperta calda si rivela molto utile e può essere usata in diversi modi. Durante i mesi più freddi è consigliabile portarsi dietro una borsa dell'acqua calda con l'acqua calda necessaria in una termos. Inoltre non si dovrebbe dimenticare un berretto che si chiude sopra le orecchie come anche una crema protettiva contro il vento ed il brutto tempo in modo da proteggere il nostro bambino!

Purtroppo solo pochi ristoranti offrono lo spazio adatto per cambiare il pannolino, il che può creare disagi soprattutto in inverno. Speriamo che questo problema si risolva al più presto – forse questo libro può servire come impulso.



Non dimenticate mai: in montagna gli sbalzi di temperatura sono elevati e il cambiamento del tempo è più brusco. Nella scelta dell'equipaggiamento è molto importante tenerne conto. Per quanto riguarda il vitto siamo del parere che le seguenti considerazioni siano molto importanti: liquidi sufficienti per grandi e piccini, spuntini e per il bambino il suo cibo abituale.

› Tipo di passeggino

Tutte le escursioni descritte in questa guida sono state fatte con passeggini a 4 ruote. Questo tipo di passeggino possiede grandi ruote piene d'aria che a nostro avviso lo rendono ideale per le nostre escursioni. Passeggini di questo tipo vanno intesi come "adatti a percorsi alpini". Ovviamente le escursioni sono possibili anche con passeggini a 3 ruote, ma a nostro avviso tali passeggini non sono molto adatti, poiché soprattutto in parti con ghiaia grossa, si possono ribaltare facilmente e diventa molto difficile guidarli.

Considerando le nostre esperienze siamo del parere che le seguenti caratteristiche siano molto importanti per percorsi fuoristrada:

- cursore di svolta
- molleggio medio-forte
- protezione per pioggia e sole
- in caso di ruote manovrabili queste dovrebbero essere bloccabili
- freno di stazionamento per tutte le ruote
- peso leggero

Alcune escursioni sono praticabili con tutti i tipi di passeggino, come i buggys e i tandem. A questo scopo viene usata l'indicazione "Tipo di passeggino: tutti".

Per non dover rimanere sotto la pioggia in caso di forature, consigliamo di portarvi dietro un set completo di riparazioni (pompa, colla, patch).

› Livello di difficoltà

Per la classificazione delle escursioni vengono usati i passeggini come simbolo dove 4 indicano un percorso faticoso e 1 sta per facile. La valutazione è stata svolta considerando soprattutto i seguenti fattori: tempo di percorrenza, ripidezza dell'escursione e condizioni del sentiero. Il tempo di percorrenza si riferisce ad una velocità media e presuppone forma e condizione ordinaria.

Spiegazione della classificazione



escursioni facili, realizzabili senza alcuna fatica su sentieri pianeggianti; la maggior parte asfaltati; adatte a tutti i tipi di passeggini.



escursioni più lunghe con brevi tratti leggermente ripidi, di solito stradine sterrate.



escursioni con un tempo di percorrenza dalle 2 alle 3 ore con una ripidezza quasi continua, strada sterrata ed alcune parti tecnicamente più difficili.



escursioni molto ripide oppure dove il tempo di percorrenza varia tra le 3 e le 4 ore con brevi tratti in cui potrebbe essere necessario sollevare il passeggino, solo stradine sterrate.

› Tempo di percorrenza e indicazioni sull'altitudine

Tutte le indicazioni concernenti il tempo di percorrenza vanno intese come tempo totale (andata e ritorno) senza soste e ad una velocità media. Secondo le nostre esperienze i bambini piccoli e i bebè rimangono senza problemi nel passeggino in modo da permetterci di rispettare i tempi prefissati. Con il crescente bisogno di movimento i bambini desiderano spesso esplorare la natura sui propri piedi. In questo modo il tempo totale di percorrenza può anche raddoppiare! Voi come genitori conoscete meglio il vostro bambino e dovrete tenerne in conto.



1

ALLA MALGA RESIA IN ALTA VENOSTA



Escursione nella zona triconfinale

Dal parcheggio camminiamo in leggera salita attraverso un bosco rado. In breve lo stesso si apre del tutto, liberando alla vista estesi prati alpini coltivati. Alla nostra destra poco dopo già possiamo intravedere qualche scorcio del sottostante pittoresco Lago di Resia. Le pendici boschive si alternano a quelle prative. La salita è costante e si supera agevolmente. Restiamo sempre sulla strada forestale, che nell'ultimo terzo porta il numero 5-4. Poco prima della malga possiamo godere di una quasi completa veduta dell'Alta Venosta e

Idea

Dalla Malga Resia si può salire al Piz Lad (2808 m).

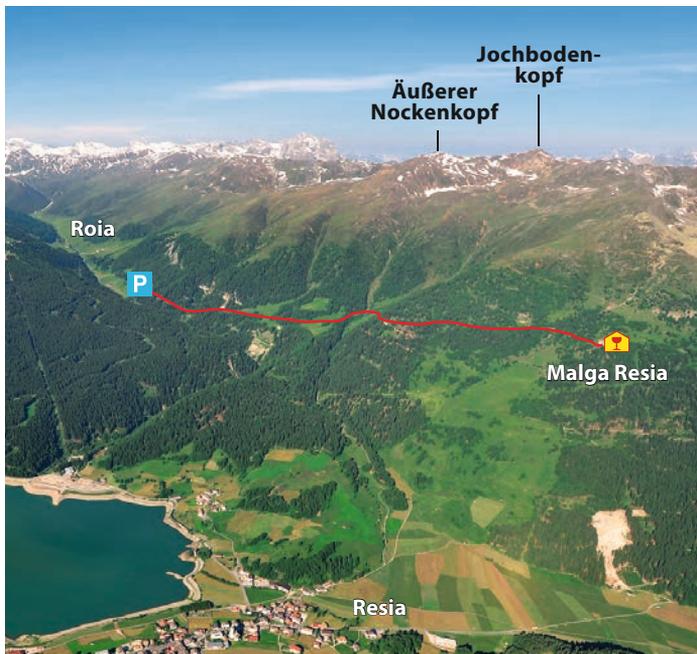


dell'affascinante Gruppo dell'Ortles. La malga (2020 m) si trova nella cosiddetta zona triconfinale (Svizzera, Austria, Italia). Un punto di osservazione omonimo è raggiungibile a piedi (senza passeggiare!), passando accanto a vecchie installazioni militari.

La discesa avviene lungo la via di salita. C'è la possibilità di salire/scendere lungo il sentiero n° 5 (senza passeggiare).

Opportunità di ristoro: Malga Resia, Resia Paese

Da non perdere: Lago di Resia con il campanile della vecchia Curon; passato il confine con l'Austria: Castello di Nauders (www.schloss-nauders.com) e la Fortezza di Nauders (www.nauders.info)



DATI TECNICI

Punto di partenza

Resia, in Alta Venosta

Come raggiungere

dal paese di Resia si va in direzione di Roia/Rojen, fino alla prima biforcazione a destra (1792), poco prima della località

Parcheggio

subito dopo il bivio

Dislivello

ca. 250 m

Condizioni del sentiero

strada forestale non asfaltata in leggera pendenza, comodamente percorribile

Tempo di percorrenza

da 2 ore e mezza a 3 ore in tutto

Quando

in estate e in autunno

Tipo di passeggiare

solo passeggini adatti a percorsi alpini, a 3 o 4 ruote

Carta topografica

Tappeiner 114, Sessvenna e dintorni, 1:25.000

Informazioni

Associazione Turistica
Passo Resia
www.passoresia.it



Piacevole camminata nel Parco Nazionale dello Stelvio

Partiamo dal Ristorante "Zum See" e prendiamo il sentiero n° 36 (Marteller Talweg) che ci porta in direzione dell'imbocco della valle costeggiando la parte destra (da un punto di vista orografico) del lago fino alla diga di sbarramento. Durante il nostro cammino ci imbattiamo spesso in tabelloni accattivanti ed informativi che ci fanno conoscere il mondo variegato e sfaccettato del Parco Nazionale dello Stelvio. Il sentiero poi è costellato di tavoli e panchine dove possiamo riposarci e trattenerci, i prati colorati invitano a fare un picnic. Dopo tre quarti d'ora di piacevole camminata giungiamo alla diga di sbarramento, il cui attraversamento è quasi d'obbligo, poiché ci offre una vista unica e mozzafiato del mondo montano circostante con i suoi alti ghiacciai: il ghiac-

Idea

Chi lo desidera, sul sentiero n° 12A, può salire fino all'ex Hotel Paradiso (2088 m) e tornare indietro sul sentiero a valle n° 36 (non accessibile alle carrozzine).

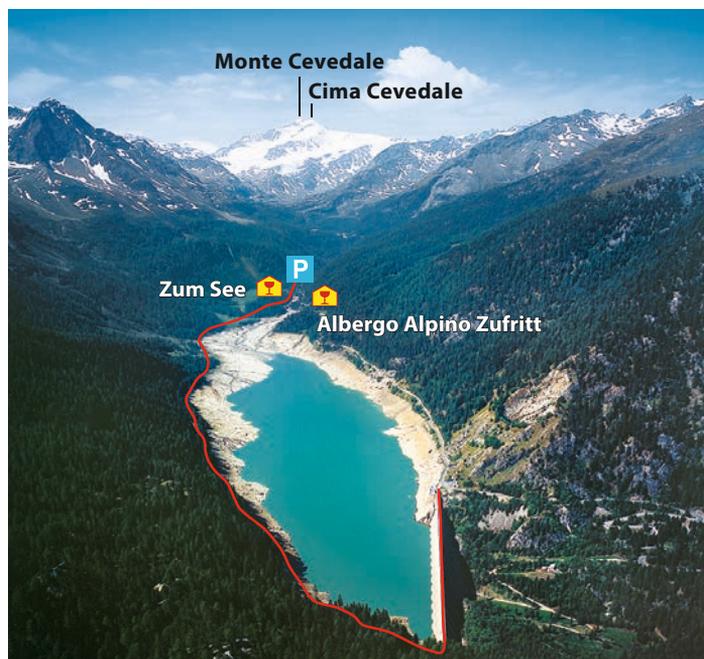


ciaio Vedretta del Cevedale, il ghiacciaio Forcola e le cime Monte Cevedale (3769 m), Cima Cevedale (3757 m), Cima Marmotta (3330 m), Cima Venezia (3386 m) nonché i Rifugi Nino Corsi (2265 m) e Martello (2610 m). La via del ritorno è la stessa dell'andata.

Opportunità di ristoro: Ristorante Zum See e Albergo Alpino Zufritt

Da non perdere: Centro visite del Parco nazionale a Martello (www.culturamartell.com)

Interessante: MEG (Soc. agricola coop. frutticoltori di Martello, www.vip.coop/meg/), dove si possono acquistare i prodotti genuini della cooperativa



DATI TECNICI

Punto di partenza

in Alta Val Martello a 1864 m

Come raggiungere

percorrere la strada statale della Val Venosta fino a Laces e poi seguire l'indicazione per la Val Martello fino al Ristorante "Zum See" (1864 m) alla fine del grande lago artificiale

Parcheggio

in loco, a pagamento

Dislivello

facile passeggiata intorno al lago

Condizioni del sentiero

piacevole strada forestale sterrata

Tempo di percorrenza

ca. 2 ore in tutto

Quando

estate ed autunno

Tipo di passeggiata

tutti

Carta topografica

Tabacco 045, Laces – Martello – Silandro, 1:25.000

Informazioni

Associazione Turistica Laces
www.latsch.it



Camminata sull'altopiano del Renon

La nuova funivia del Renon ci porta comodamente a Soprabolzano. Lì montiamo sul romantico trenino a scartamento ridotto, risalente a oltre un secolo fa, e ci facciamo scarrozzare fino a Collalbo. Il viaggio è un'avventura per tutta la famiglia e ci fornisce una prima impressione della varietà che contraddistingue l'altopiano del Renon. Dal capolinea camminiamo in direzione delle piramidi di terra, scegliendo il percorso contrassegnato dal cartello "Fennpromenade/ Passeggiata Fenn". Il sentiero corre piacevolmente all'ombra del bosco misto, offrendo occasionali scorci del massiccio dello Sciliar che si eleva di fronte. Dopo ca. un'ora lasciamo il bosco e arriviamo alla Commenda, ricca di storia, (spettacoli estivi). Qui seguiamo la strada e l'indicazione "Erdpyramiden/piramidi di terra". Dopo circa 10 minuti la nostra via si

L'idea

A Costalovara, nei pressi dell'omonimo lago, sorge l'interessante Museo delle api.



dirama a destra dalla strada principale. Già possiamo vedere le piramidi di terra sul versante opposto della valletta. Il sentiero ci porta fino al Gasthaus Maria Saal (ca. 30 minuti), dove ci possiamo rifocillare. La via di ritorno segue quella dell'andata fino alla Commenda. Da lì seguiamo la via dei prati, con Collalbo già nel campo visivo. Se i bambini ancora se la sentono c'è la possibilità di far ritorno a Soprabolzano in un'ora comoda percorrendo la Passeggiata Freud. Se le forze cammin facendo venissero a mancare si può salire sul trenino del Renon a una delle molte fermate lungo il tragitto.

Opportunità di ristoro: locali pubblici a Collalbo e Longomoso
Da non perdere: piramidi di terra, Commenda, Santuario di Maria Saal



DATI TECNICI

Punto di partenza

Collalbo sul Renon

Come raggiungere

con la funivia del Renon si sale a Soprabolzano; da qui si prende il trenino a scartamento ridotto che porta fino a Collalbo (entrambi i mezzi fanno parte del Trasporto Integrato Alto Adige)

Parcheggio

svariati parcheggi a pagamento nei pressi della staz. a valle

Dislivello

ca. 50 m

Condizioni del sentiero

in gran parte piacevole via escursionistica non asfaltata; breve tratto con fondo in asfalto

Tempo di percorrenza

dalle 2 ore e mezza alle 3 ore in tutto

Quando

tutto l'anno, a seconda della neve

Tipo di passeggio

solo passeggini adatti a percorsi alpini, a 3 o 4 ruote

Carta topografica

Tappeiner 132, Renon e dintorni, 1:25.000

Informazioni

Associazione Turistica Renon
www.ritten.com



Camminando fra la Cima San Giacomo ed il Corno di Tramin con la solitudine come unica compagna

Un divieto di transito limita la circolazione nel piccolo paese, di conseguenza parcheggiamo poco prima del lago (1518 m) ed iniziamo qui la nostra escursione. Camminiamo fino alla chiesa e seguiamo la strada asfaltata fino ai masi Etzer e Tischler, godendoci la vista splendida sul lago di Valdurna. Da lì proseguiamo su una strada forestale attraversando il bosco in direzione Malga Seebalm. Dopo un'ora e mezza giungiamo alla Malga Seebalm (1808 m, aperta da metà giugno fino a metà settembre) dove possiamo godere della

Idea

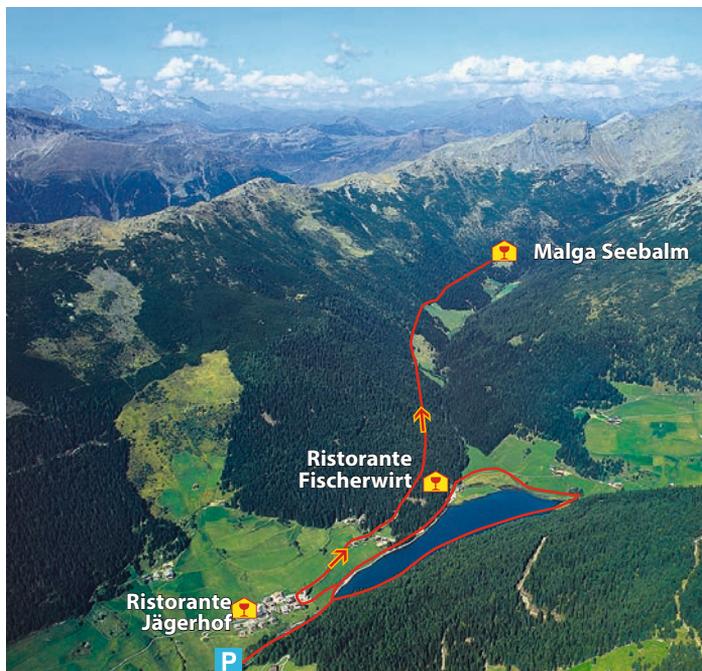
Da Malga Seebalm, sul sentiero n° 16, è possibile salire fino al solitario Rifugio Forcella Vallaga (2482 m – non accessibile alle carrozzine).



solitudine e del panorama delle montagne circostanti. Fino al lago, la via del ritorno ripercorre quella dell'andata. A questo punto possiamo scegliere se completare il giro intorno al lago (ca. mezz'ora) oppure se vogliamo tornare direttamente al punto di partenza.

Opportunità di ristoro: Malga Seebalm, Ristorante Jägerhof e Ristorante Fischerwirt

Da non perdere: chiesa parrocchiale di San Nicolò, ricami con rachidi (www.federkielstickerei.com), distillerie d'olio di pino mugo (www.latschenbrennerei.it) e il Museo Contadino (www.rohrerhaus.it)



DATI TECNICI

Punto di partenza

Lago di Valdurna in Val Sarentino

Come raggiungere

da Bolzano prendere la strada per la Val Sarentino e seguire l'indicazione "Durnholzer See" (Lago di Valdurna)

Parcheggio

presso Valdurna, in parte a pagamento

Dislivello

ca. 300 m

Condizioni del sentiero

in parte strada asfaltata e in parte strada forestale sterrata

Tempo di percorrenza

ca. 2 ore e mezza in tutto

Quando

estate ed autunno

Tipo di passeggio

solo passeggini adatti a percorsi alpini, a 3 o 4 ruote

Carta topografica

Tappeiner 153, Alta Via nelle Alpi Val Sarentino, 1:30.000

Informazioni

Associazione Turistica Val Sarentino
www.sarntal.com



Passeggiando di malga in malga

Partendo dal parcheggio seguiamo il percorso informativo (diversi cartelli) in direzione della Malga Lahneralm (1583 m). Ben presto giungiamo ad un bivio in cui possiamo scegliere se seguire la strada forestale o se prendere l'ampio sentiero. Entrambi ci portano in un quarto d'ora alla Malga Lahneralm; seguendo il sentiero la malga si troverà alla nostra destra. Arrivati alla malga proseguiamo sul sentiero irto di radici e pietre che ci porta attraverso un bosco da fiaba fino ad un altro bivio. Proseguiamo tenendoci a destra e scalando l'unico tratto in lieve salita della nostra escursione. Dopo ca. un quarto d'ora giungiamo ad una centrale idrica dove, seguendo sempre l'indicazione, rimaniamo sulla strada forestale. Dopo pochi minuti ci troviamo nuovamente davanti ad un bivio. Teniamo la sinistra seguendo l'indicazione per la Malga "Schönrastalm". Il percorso prosegue ora piacevol-

Idea

Visita alla Gola del Bletterbach-Geoparc, unica per le sue caratteristiche geologiche. Dal 2009 il Parco Geologico Bletterbach è entrato a far parte del Patrimonio Mondiale dell'Unesco www.bletterbach.info



mente attraverso un bosco misto e dopo mezz'ora raggiungiamo la Malga Schönrastalm (1699 m) dove abbiamo modo di ammirare il paesaggio circostante. Anche la prossima malga (Malga Schmiederalm, 1674 m) è presto raggiunta. Ora proseguiamo sulla strada asfaltata fino all'incrocio con una strada forestale dove seguiamo l'indicazione "Lahneralm" (Malga Lahneralm). Qui il cerchio si chiude e scendiamo in direzione del parcheggio. A seconda della nostra voglia e del nostro umore possiamo anche visitare il Parco Geologico.

Variante: dalla Malga Lahneralm, seguendo il sentiero didattico (adatto a passeggini), possiamo raggiungere in ca. 20 minuti la Gola del Bletterbach con vista straordinaria nella gola!

Opportunità di ristoro: Malga Lahneralm, Malga Schönrastalm, Malga Schmiederalm

Da non perdere: Parco Geologico Bletterbach-Geoparc (www.bletterbach.info), Sentiero dei mulini



DATI TECNICI

Punto di partenza

Aldino, Bassa Atesina

Come raggiungere

ad Ora prendere la strada in direzione di Cavalese (Val di Fiemme) fino ad Aldino e qui proseguire fino allo Stagno Lerch, poi seguire l'indicazione "Naturparkhaus Bletterbach" (Parco geologico del Bletterbach) fino al parcheggio

Parcheggio

sul posto, a pagamento

Dislivello

ca. 150 m

Condizioni del sentiero

ampia strada forestale con un tratto asfaltato

Tempo di percorrenza

dalle 2 alle 2 ore e mezza
in tutto

Quando

in primavera fino ad autunno
inoltrato

Tipo di passeggio

solo passeggini adatti a percorsi alpini, a 3 o 4 ruote

Carta topografica

Tappeiner 108, Strada del Vino,
1:30.000

Informazioni

Ass. Turistica Aldino-Redagno
www.aldein-radein.com



Panorama straordinario su sentieri in mezzo a campi di pini nano

Seguiamo la strada asfaltata fino al bivio a destra dove svoltiamo sulla strada forestale che ci porta al Rifugio Gasserhütte (indicazione). Durante la prima mezz'ora di cammino la strada ci fa guadagnare rapidamente altitudine zigzagando in salita, dopodiché le nostre fatiche vengono ripagate dallo straordinario panorama delle montagne circostanti. Dopo ca. tre quarti d'ora giungiamo al Rifugio Gasserhütte (1744 m; fino a qui si può arrivare anche in macchina). Il nostro sentiero ci conduce per un'ulteriore mezz'oretta tra i campi di pini nano dell'altopiano fino al Ristoro Moar in Plun (1860 m). Qui abbiamo raggiunto lo zenit della nostra escursione. Proseguiamo svoltando a destra in direzione del Rifugio Rinderplatzhütte (1799 m). Dopo un buon quarto d'ora

Idea

Proseguire fino al Lago Totensee (lago dei morti, 2208 m). In inverno dal Rifugio Gasserhütte una pista per slittino ci porta giù fino all'inizio della strada.



arriviamo al rifugio e ci troviamo nuovamente ad attraversare campi di pini nano e fangose paludi ad alta quota. Il Rifugio Gasserhütte è ben presto raggiunto mentre per scendere al parcheggio prendiamo la stessa via dell'andata.

Chi volesse prolungare l'escursione può farlo a suo piacimento: dal Ristoro Moar in Plun proseguendo fino alla Malga Pfroder Alm (2130 m), fino alla chiesetta Totenkirchl oppure al Rifugio Stöfflhütte (2057 m). Per ogni variante il tempo di percorrenza si prolunga di 2 ore.

Opportunità di ristoro: Albergo Samberger Hof, Rifugio Gasserhütte, Ristoro Moar in Plun, Malga Pfroder Alm, Rifugio Stöfflhütte, Rifugio Rinderplatzhütte

Da non perdere: la miniera di Villandro, il Convento di Sabiona a Chiusa, la distilleria di pini nano



DATI TECNICI

Punto di partenza

Malga di Villandro in Val d'Isarco

Come raggiungere

da Chiusa prendere la strada per Villandro poi seguire l'indicazione "Villanderer Alm" (Malga di Villandro)

Parcheggio

presso l'Albergo Samberger Hof

Dislivello

ca. 350 m

Condizioni del sentiero

strada forestale piacevole e facilmente transitabile nonché vari sentieri

Tempo di percorrenza

ca. 2 ore e mezza in tutto

Quando

tutto l'anno a seconda della neve

Tipo di passeggio

tutti

Carta topografica

Tappeiner 132, Renon e dintorni, 1:25.000

Informazioni

Associazione Turistica Villandro
www.villanders.info



Esplorando il Parco Naturale Fanes-Senes-Braies

Iniziamo la nostra escursione presso l'albergo Lago di Braies di importanza storica e proseguiamo fino a giungere alla riva del lago. Qui lasciamo l'Alta Via delle Dolomiti, seguendo l'indicazione "Malga Foresta" e tenendoci leggermente a destra.

Davanti a noi emergono le possenti solcature delle pareti del Monte Croda del Beco (2810 m) che ci accompagnano lungo l'intero percorso. Posti pittoreschi ci invitano sovente

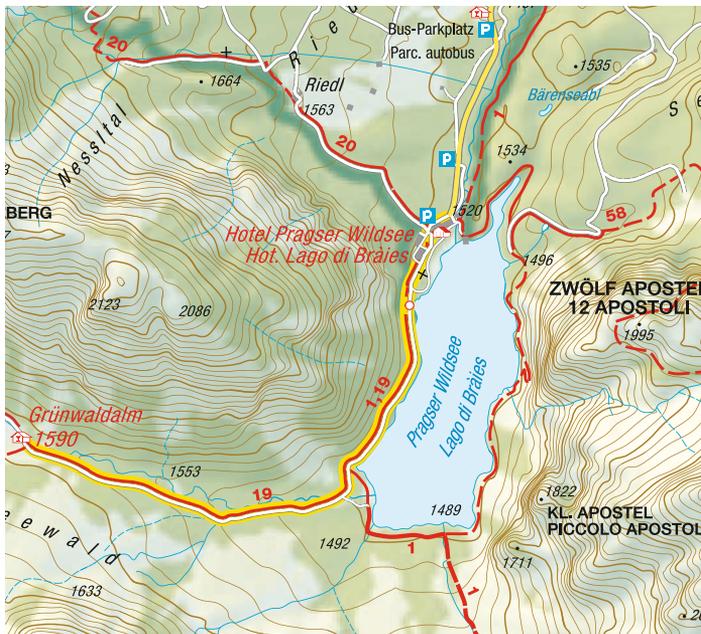
Idea

Giro intorno al Lago di Braies seguendo lo stretto sentiero oppure proseguendo dalla Malga Foresta attraverso la Valle Foresta.



a fare una sosta. Il sentiero diviene più ripido, ma non troppo. Dopo ca. mezz'ora giungiamo finalmente a destinazione, alla Malga Foresta (1590 m). Se guardiamo verso l'imboccatura della valle abbiamo modo di ammirare il suggestivo panorama delle cime svettanti: il Sasso del Signore (2447 m), il Grande Apostolo (1995 m), il Campo Cavallo Grande (2559 m), la Croda dei Rondoï (2481 m) ecc. Per tornare al punto di partenza prendiamo lo stesso sentiero dell'andata.

Opportunità di ristoro: Albergo Lago di Braies, Malga Foresta
Da non perdere: la chiesa parrocchiale di S. Candido, il Museo "Dolomythos" (www.dolomythos.com), il Messner MMM nel Castello di Brunico (www.messner-mountain-museum.it)



DATI TECNICI

Punto di partenza

nella Valle di Braies, valle laterale della Val Pusteria

Come raggiungere

percorrere la Val Pusteria fino a Monguelfo, poi seguire l'indicazione "Pragser Wildsee" (lago di Braies)

Parcheggio

presso l'Albergo Lago di Braies (1494 m), a pagamento

Dislivello

ca. 100 m

Condizioni del sentiero

strada forestale sterrata

Tempo di percorrenza

da 1 ora e mezza alle 2 ore in tutto

Quando

in primavera fino in autunno

Tipo di passeggio

solo passeggini adatti a percorsi alpini, a 3 o 4 ruote

Carta topografica

Tappeiner 158, Fanes, Senes, Braies/Prags, Puez-Odle/Puez-Geisler, 1:30.000

Informazioni

Associazione Turistica Braies
www.pragsertal.info



Alle falde del Latemar

Dal parcheggio saliamo attraverso un sottopassaggio fino al lago e alla piattaforma panoramica. Questa strada pedonale presenta decorazioni artistiche: le opere illustrano la storia e la mitologia del bosco del Latemar e i vantaggi del legno come materiale. La cosiddetta "sala mitologica" all'ingresso del sottopassaggio s'intona con questa tematica: al centro un enorme xilofono in legno dovrebbe rappresentare il rapporto di questo materiale autoctono con i diversi strumenti musicali. Ora, ci teniamo a destra e seguiamo la marcatura 8

Idea

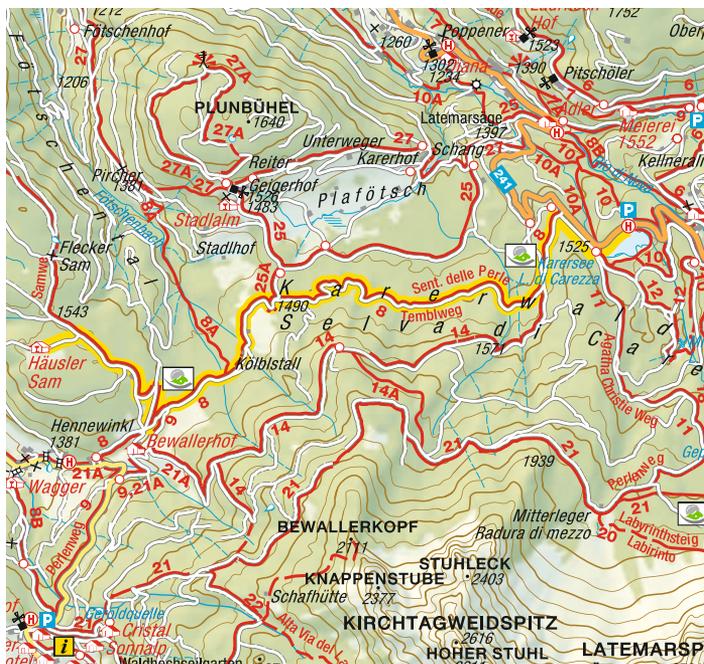
In estate, il Lago di Carezza è nel pieno del suo splendore.



(Alpine Pearls, anche Templweg) inizialmente nel magnifico bosco del Latemar, con i suoi alberi ad alto fusto, poi attraverso sconfinati prati alpini. Poco prima dell'Hotel Bewaller svoltiamo a destra sulla marcatura S (sentiero Samerweg) e dopo circa mezz'ora imbocchiamo il bivio verso sinistra per la Baita Häusler Sam. L'ampio prato e il piccolo zoo con gli animali da accarezzare sono molto amati. Ritorno sulla via dell'andata.

Opportunità di ristoro: Baita Häusler Sam

Da non perdere: Osservatorio e Planetario a San Valentino in Campo, Museo Collepietra e Museo comunale Castel Thurn a Nova Ponente



DATI TECNICI

Punto di partenza
parceggio Lago di Carezza

Come raggiungere
in Valle Isarco fino a Cardano, alla rotonda svoltare in Val d'Ega e, passando per Nova Levante, verso il Passo di Costalunga

Parcheggio
Lago di Carezza

Dislivello
ca. 125 m

Condizioni del sentiero
sentiero non asfaltato, ma facilmente percorribile

Tempo di percorrenza
3 ½ ore

Quando
dall'estate a inizio autunno

Tipo di passeggio
tutti

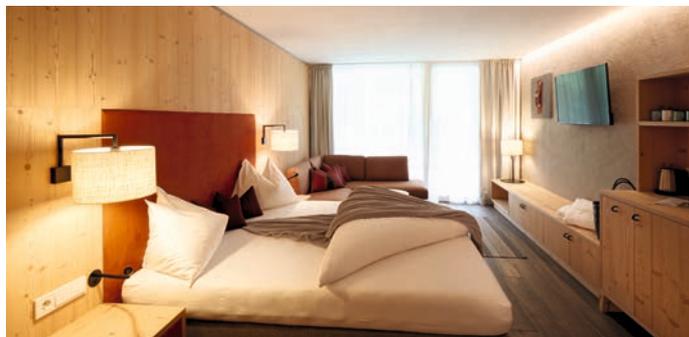
Carta topografica
Tappeiner 160, Tires e dintorni, 1:25.000

Informazioni
Associazione Turistica
Nova Levante–Lago di Carezza
www.eggental.com



SUGGERIMENTI

FEUERSTEIN. NATURE FAMILY RESORT



FEUERSTEIN. NATURE FAMILY RESORT

Anna Gross e
Stephanie Ganterer
Fleres 185
I-39041 Brennero
Tel. +39 0472 770 126
info@hotel-feuerstein.it
www.hotel-feuerstein.it



Boschi di abeti rossi, alpeggi e ghiacciai; una cascata che scende roboante dalla montagna e bambini che saltano nel fieno. La natura dell'Alto Adige pervade l'intera Val di Fleres, che rivolge la massima attenzione alle famiglie. Questo resort gestito da madre e figlia è un regno senz'auto, nonché un edificio aperto al mondo e in perfetta armonia con la natura e gli abitanti della valle, come dimostrano l'eccellente gastronomia a base di ingredienti integrali, raffinati da sfumature regionali e un'atmosfera vivace. Qui, legno non trattato, un design elegante e un servizio in grado d'esaudire i desideri d'ogni ospite sono fonte d'immensa gioia.

I bambini sprizzano allegria, mentre si divertono nel magnifico fiene dei giochi, danno forma alle loro creazioni nel laboratorio del legno ed esultano in palestra come veri calciatori. Se preferite immergervi nel nuovo mondo delle acque, non esitate a tuffarvi nella prima piscina sensoriale delle Alpi o a sfrecciare sullo scivolo di oltre 100 m. Infine, bricolage e pittura o gite su sentieri facilmente percorribili (noleggio gratuito di passeggini) rendono ancora più preziosi i momenti trascorsi in famiglia. I genitori possono avvertire sul loro corpo l'intenso benessere di un soggiorno al Feuerstein, un hotel particolarmente legato alla natura, lasciandosi deliziare da erbe aromatiche alpine in perfetto connubio con l'high-tech della prima Organic SPA d'Europa o una sauna "only for adults". Nel laghetto balneabile e nella Mountain Sky Pool di 20 m, invece, gli ospiti possono rinfrescarsi con pura acqua di sorgente, mentre Anna (la padrona di casa) li attende nello yoga loft alla riscoperta del loro equilibrio interiore, ammirando l'imponente natura delle cime della Val di Fleres.

MALGA TASER, PARADISO ESCURSIONISTICO PER FAMIGLIE



MALGA PER FAMIGLIE TASER

Famiglia Gamper
Monte Scena, 25
I-39017 Scena
Tel. +39 0473 945 615
info@taseralm.com
www.taseralm.com

Periodo d'apertura:
da Pasqua a Ognissanti

Come arrivare: parcheggio presso la stazione a valle della funivia Taser, a soli 2 km dal cuore di Scena; raggiungibile con l'autobus dal centro del paese.

La Malga Taser su Monte Scena, a 1450 m sopra la conca di Merano, attende grandi e piccoli escursionisti e naturalisti con un'ampia gamma di sentieri d'ogni grado di difficoltà e adatti alle famiglie, che partono direttamente dall'edificio. Il ristorante, il maso, gli chalet e l'hotel, immersi in un prato al margine di un ampio bosco, emanano un idilliaco fascino, pur essendo facilmente raggiungibili (gli ospiti possono salire comodamente con la nostra funivia).

La Malga Taser con la sua terrazza assolata, l'accogliente giardino d'inverno, due sale giochi e l'ampio parco giochi con zoo alpino e villaggio degli indiani offre infinite possibilità d'intrattenimento, che fanno di questo paradiso per gli escursionisti un regno amato dall'intera famiglia, dove non è necessario inoltrarsi nel bosco e nei prati per divertirsi.



Giorno dopo giorno

Ampie e confortevoli camere familiari, moderni chalet, la Spa della malga con sauna e piscina coperta con acqua salina, così come la ricca e sana gastronomia del ristorante, invitano a prolungare il soggiorno. Magnifiche giornate a tema e un eccellente programma estivo con assistenti diplomati in pedagogia fanno della natura un regno emozionante per un intrattenimento a 360°.

Consiglio speciale: parco ad alta fune

Piattaforme e cavi in acciaio fino a 12 m d'altezza sono fonte di vibranti emozioni nel bosco pervaso dall'aroma degli abeti rossi e dei larici al di sopra della malga. Affrontate un ponte sospeso di quasi 45 m, al cospetto del panorama alpino, e godetevi una sferzata d'adrenalina sullo scivolo a fune di 60 m! Un'avventura per bambini e genitori impavidi (iscrizione necessaria; altezza minima: 1,30 m).



Avvertenze: Tutte le indicazioni contenute in questa guida si basano su accurate ricerche svolte dagli Autori. Chi, durante le tour, rilevasse eventuali inesattezze è cortesemente pregato di darne comunicazione alla Casa Editrice (casa.editrice@athesia.it). L'utilizzo della presente guida è a proprio rischio. Gli Autori e l'Editore declinano ogni responsabilità in caso di eventuali incidenti e danni.

L'opera è protetta da copyright in ogni sua parte. Salvo espressa autorizzazione dell'Editore è vietato e penalmente perseguibile qualsiasi utilizzo che non rientri nelle norme sui diritti d'autore, in particolare la riproduzione fotostatica parziale o totale, la traduzione, i microfilm, la memorizzazione ed elaborazione in sistemi elettronici.

Referenze fotografiche: Athesia-Tappeiner Verlag, Airphoto Tappeiner/Georg Tappeiner, Oswald Breitenberger, Thomas Grüner, Archivio Familienhotels Südtirol, Andi Kern, www.lyfialm.it, www.muehlerhof.com, Thomas Plattner, Julia Schwärzer, Michael Schwarzer, Marlen Schwienbacher, Bernhard Thaler, Associazione turistica Val d'Ultimo/Proves, Marlene Weithaler, Christian Weber, Norbert Zöschg e altre foto di proprietà privata degli inserzionisti.

Testi delle escursioni 2, 10, 14, 19, 28, 29, 31, 36, 37, 53, 54, 59, 60, 61: Leo Brugger

2017 · Quarta edizione rivista e ampliata

Tutti i diritti riservati

© by Athesia SpA, Bolzano (2007)

Titolo dell'edizione originale: "Wanderbabys"

Traduzioni: Bonetti e Peroni, Bolzano; Giorgio Bordin, Bolzano

Design & Layout: Athesia-Tappeiner Verlag

Cartografia: Athesia-Tappeiner Verlag

Stampa: Athesia Druck, Bolzano

ISBN 978-88-7073-886-5

www.athesia-tappeiner.com

casa.editrice@athesia.it

TAPPEINER



designed + produced

IN SÜDTIROL | ALTO ADIGE

A spasso col bebè

È un libro per neogenitori e mamme, che desiderano scoprire le bellezze dell'Alto Adige in compagnia del loro bimbo.

Questo volume propone 61 escursioni di vario livello, adatte ai passeggini, le cui mete sono disseminate in tutta la regione, così da consentire a ciascuno, principiante o esperto, d'individuare il percorso più adatto.

I tracciati sono corredati da riprese aeree o da carte topografiche facilmente consultabili, oltre che da indicazioni su tragitto, tempi di percorrenza, dislivelli, opportunità di ristoro e altre informazioni formulate sotto forma di testi chiari e accattivanti. I livelli di difficoltà sono segnalati con i "passeggini".

Inoltre, alle voci "idea" e "da non perdere" vengono suggerite interessanti mete aggiuntive o varianti di percorso. Godetevi anche voi momenti magnifici insieme alla vostra famiglia tra le affascinanti montagne dell'Alto Adige!

