

PROGRAMMA SETTIMANALE ATTIVITÀ OUTDOOR

VAL DI FASSA - ESTATE 2018



Tipologia di attività	lunedì	martedì	mercoledì	giovedì	venerdì	sabato	domenica
Escursioni e attività con gli Accompagnatori di territorio pg. 8 - 15	Escursione "il bosco delle fate con percorso sensoriale" (family) - mattino	Escursione "la Gran Vera" le cannoniere austriache - mattino	"il mattino ha l'oro in bocca" all'alba tra i campi bio della Val di Fassa	"Antichi sapori tra le baite" escursione gastronomica - intera giornata	"Colazione all'alba in quota" - mattino presto	Escursione "La Gran Vera al Fanch" - mattino	"Escursione al tramonto con cena in Rifugio e rientro con le fiaccolle" in Val Contrin - serale
	Escursione panoramica "Col de Tena - Dolèda - Penia" - intera giornata	"Sass de Pere da Fech" escursione in Val Jumela - intera giornata	Lusia Family day: "il dolce mondo delle api" - mattino. "Amico Albero la filiera del legno" - pomeriggio. (family)	"Costruiamo la nostra baita nel bosco" - attività per bambini	"Zaino in spalla! In gita sulle Dolomiti" - itinerari variabili di intera giornata	Lusia Family day: "I tesori del bosco" - intera giornata (family)	-
	"Viac Cultural e botteghe storiche" Moena - pomeriggio	"Lago fatato e mungitura delle mucche" (family) - pomeriggio	"Le cascate del Sella con un panoramico aperitivo" o a settimane alterne "Le sorgenti del ghiacciaio della Marmolada"	"I monti di cristallo" - mattino al Passo San Pellegrino. "Dolcezza ad alta quota" - pomeriggio al Col Rodella.	"La città delle marmotte" - pomeriggio (family)	-	-
	-	"Benessere al tramonto vista Dolomiti" a Moena - tardo pomeriggio	"Hike & Bike" al Passo San Pellegrino: Passo Selle, Val Monzoni, Moena in bici - intera giornata	"Hike & Bike sulle creste del Buffaure" - intera giornata	"Enrosadira romantica" Alpe Lusia o Passo San Pellegrino - passeggiata serale con cena al rifugio	-	-
Escursioni e attività con le Guide Alpine pg. 8 - 19	"La mia prima via ferrata" con le Guide Alpine - intera giornata	Avvicinamento all'arrampicata per bambini - intera giornata	Andar Per Malghe (Pozza o Vigo) - intera giornata	Andar Per Malghe (Campitelo o Alba) - intera giornata	Andar Per Malghe (Lusia o Passo San Pellegrino) - intera giornata	Corso di arrampicata per adulti - pomeriggio	Corso di arrampicata per adulti - mattino
	Inizio corsi settimanali di arrampicata per adulti e bambini	"Con le frontali tra le Trincee del Padon" (family) - intera giornata	"La mia prima via di arrampicata" livello facile o medio - mezza o intera giornata	"Gita storica della Marmolada" primo approccio al ghiacciaio - intera giornata	Via Normale della Marmolada - Punta Penia (3342m) - intera giornata	"Cima Scagliaret: nel cuore del Catinaccio" - trekking di intera giornata	"Sass Pordoi e l'altopiano del Sella" - trekking di intera giornata
	-	"Arrampicata all'alba" - via facile di arrampicata al sorgere del sole	Via ferrata livello medio: (Tridentina, Majorè...) - intera giornata	Via ferrata livello difficile: (es: Finanziere, Cresta Ovest Marmolada, Piazzetta, Magnifici 4 ecc) - intera giornata	"La selvaggia cima di Crepa Neigra" - trekking di intera giornata	"Giornata Adrenalina!" Prove di arrampicata, discese in corda doppia e ponti sospesi...	-
Arrampicata Indoor pg. 20	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30	Arrampicata presso la struttura ADEL con le Guide Alpine 17.30 - 19.30
Mountain Bike pg. 28 - 37	MTB Test day bambini - mattino	Corso MTB Bambini e ragazzi - mattino	Corso MTB Bambini e ragazzi - mattino	Corso MTB Bambini e ragazzi - mattino	Corso MTB Bambini e ragazzi - mattino	SELLARONDA MTB tour in senso orario, antiorario o versione gravity - intera giornata	SELLARONDA MTB tour in senso orario, antiorario o versione gravity - intera giornata
	MTB Test tour adulti - tour cross country facile - mattino	"Giro del Latemar" o "Parco Naturale di Paneveggio" tour cross country - intera giornata	"Costa del Soreie" tour cross country - mezza giornata	"Giro del Sassolungo" in senso orario o antiorario - intera giornata	SELLARONDA MTB tour in senso orario, antiorario o versione gravity - intera giornata	"Giro del Sassolungo" o "Giro del Latemar" tour cross country - intera giornata	"Val San Nicolò" o "Val Contrin" tour cross country - mezza giornata
	Bike Family sulla ciclabile Fassa e Fiemme - pomeriggio da Moena	Lago di Carezza con la MTB elettrica - intera giornata	SELLARONDA MTB tour in senso orario, antiorario o versione gravity - intera giornata	Grand Tour 3 Valli con la MTB elettrica - intera giornata	"Passo Sella - Val Salei" tour facile stile enduro - 1/2 giornata	"NOS Tour" tour difficile stile enduro - intera giornata	Tour MTB Val di Fassa Bike tour cross country - intera giornata
	Lezione tecnica di discesa su single track o in Park - 1/2 giornata	Avvicinamento alla MTB per bambini a Moena - mezza giornata	-	Lezione tecnica di discesa su single track o in Park - 1/2 giornata	"Grand Tour Luisa e Parco di Paneveggio" - intera giornata	Lezione tecnica di discesa su single track o in Park - 1/2 giornata	-
Parapendio pg. 38	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello	Voli tandem in parapendio Col Rodella - Campitello
Nordic Walking e Yoga pg. 46, 40	Lezione di Nordic Walking	Lezioni di Yoga	Lezione di Nordic Walking Lezioni di Yoga	Lezione di Nordic Walking	Lezione di Nordic Walking Lezioni di Yoga	Lezioni di Yoga	Lezioni di Yoga e meditazione

LEGENDA: In **rosso** le attività gratuite per i possessori di Val di Fassa card.
Sconti fino al 50% su molte di queste attività per gli ospiti delle **strutture Summer Outdoor**.

Info e prenotazioni presso qualsiasi Sport Check Point della Valle
info@fassasport.com
www.fassasport.com