

**ATTIVITA' A PREZZO AGEVOLATO  
PER I CLIENTI DELLE STRUTTURE SPORT & OUTDOOR  
VAL DI FASSA - ESTATE 2016**



**Info e prenotazioni:**  
info@fassasport.com  
www.fassasport.com

**PROGRAMMA SETTIMANALE**

**Lunedì**



**- MTB TEST TOUR adulti**

Escursione medio/facile in MTB attraverso boschi e single trail con i maestri MTB i quali sapranno valutare le vostre capacità e di conseguenza consigliarvi quali escursioni fare durante la settimana.

Livello: facile

Ora e luogo di ritrovo: ore 9.30 Sport Check Point Canazei.

Durata: 3 ore circa

Dislivello da pedalare: circa 400m

Prezzo: 20€

**GRATUITO per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

Note: Presentarsi muniti di bike propria o a noleggio (servizio noleggio solo su richiesta). Casco obbligatorio.

(Attiva dal 13/06 al 19/09)



**- MTB TEST DAY bambini e ragazzi**

Giornata di prova allo Skillpark di Canazei per divertirvi con i maestri tra saltini, passerelle e paraboliche! I bambini e i ragazzi potranno poi decidere se partecipare ai corsi di MTB settimanali con possibilità di fare uno o più giorni di corso.

Livello: facile

Ora e luogo di ritrovo: ore 9.30 Sport Check Point Canazei.

Durata: 3 ore circa

Prezzo: 20€

**GRATUITO per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

Note: Presentarsi muniti di bike propria o a noleggio (servizio noleggio solo su richiesta). Casco obbligatorio. I bambini devono saper andare in mtb senza rotelle.

Richiedere una lezione privata per i bimbi che vogliono staccarsi dalle rotelle.

(Attiva dal 13/06 al 19/09)

I corsi settimanali si dividono in:

- Corso MTBike base divertenti lezioni di gruppo allo Skillpark di Canazei e attraverso i sentieri più belli della valle per apprendere le basi della tecnica MTB in salita e discesa.
- Corso MTBike avanzato, tecnica di guida fuoristrada con l'utilizzo anche degli impianti di risalita.



### - LA MIA PRIMA VIA FERRATA

Un' esperienza unica per provare l'emozione di conquistare la vetta! Le Guide Alpine vi accompagneranno e vi insegneranno l'approccio alle vie ferrate partendo da quelle più facili e panoramiche in Valle, la Roda di Vael sul gruppo del Catinaccio o la Bepi Zac al Passo San Pellegrino.

Livello escursione: medio. Livello ferrata: facile

Ora e luogo di ritrovo: ore 8.00 Sport Check Point Pozza o Moena

Rientro previsto: ore 16.00 circa

Dislivello in salita: circa 700m. Dislivello in discesa: circa 700m

Prezzo: 85€ a persona (inclusa guida e noleggio kit da ferrata)

**50€ per i clienti delle strutture Sport & Outdoor (min. 3 persone).**

Escursione a numero chiuso, massimo 4 persone per Guida.

Utilizzo impianti di risalita. L'utilizzo delle cabinovie e dei pullman non sono inclusi nel prezzo.

(Attiva dal 13/06 al 19/09)

### Martedì

### - LE CASCATE DEL SELLA con un PANORAMICO APERITIVO

Escursione nel bosco in quota con partenza da Pecol per andare alla scoperta di 3 bellissime cascate, giungeremo ai piedi del Sella dove si imbecca la Val Lasties e scenderemo verso il Lupo Bianco per poi arrivare al suggestivo punto panoramico di Soracrepa dove ci aspetta un rustico aperitivo in baita con vista magnifica sulla Valle.

Livello: medio

Ora e luogo di ritrovo: 9.30 Sport Check Point Canazei

Rientro previsto: 15.00

Dislivello in salita: 100m. Dislivello in discesa: 500m

Prezzo: 25€ incluso aperitivo.

**10€ per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

Note: Quest'escursione viene fatta in contemporanea all'avvicinamento all'arrampicata per bambini. I genitori hanno il tempo sia di portare i bimbi all'appuntamento che di andare a riprenderli a fine giornata.

Nel prezzo è incluso l'aperitivo, pranzo escluso.

Previsto utilizzo impianti di risalita non inclusi nel prezzo.

(Attiva dal 14/06 al 20/09)



### - RISVEGLIO MUSCOLARE A MOENA

Sul prato di Sorte circondati dai splendidi panorami delle Dolomiti "dolce risveglio" con semplici ma efficaci esercizi stretching per un ritrovato benessere in armonia con la natura circostante. (In caso di pioggia in palestra).

Livello: Facile

Ritrovo: ore 9.00 Palestra Planet Gym Moena.

Durata: circa 2 ore

Costo: 10€ a persona,

**3€ per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

(Attiva dal 21/06 al 20/09)



## Mercoledì

### **- ESPLORANDO LE TRINCEE DELLA GUERRA**

Escursione di intera giornata tra cunicoli e sentieri panoramici di fronte al ghiacciaio della Marmolada.

Eploreremo con caschetti e luci frontali le trincee della prima guerra mondiale al Passo Padon, accompagnati dalle nostre guide che sapranno farvi fare un salto nella storia!

Livello: medio/facile

Ora e luogo di ritrovo: 8.45 Sport Check Point Canazei oppure 9.15 partenza seggiovia Padon al Passo Fedaia.

Rientro previsto: 15.30 circa

Dislivello in salita: 180m. Dislivello in discesa: 500m

Prezzo: 25€ adulti, 8€ bambini (fino a 12 anni).

**10€ adulti e bambini GRATUITI per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

Utilizzo impianti di risalita. L'utilizzo delle cabinovie e dei pullman non sono inclusi nel prezzo.

(Attiva dal 15/06 al 20/09) Le prime e le ultime due settimane senza l'utilizzo degli impianti quindi con dislivello maggiore. Difficoltà media.



### **- LE MERAVIGLIE DEL "TROI DI LADINS"**

Escursione di mezza giornata con partenza da Vigo di Fassa verso la chiesetta di Santa Giuliana per poi seguire un sentiero panoramico che ci porterà alla visita di un tipico agriturismo in zona Vallonga, dove potremo gustare un assaggio dei loro prodotti.

Ora e luogo di ritrovo: ore 9.30 Ufficio turistico Vigo di Fassa

Rientro previsto: ore 12.30 circa

Dislivello in salita: 180m. Dislivello in discesa: 500m

Prezzo: 15€ a persona, 5€ bambini fino a 12 anni.

**GRATUITO per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

(3€ per degustazione/facoltativa)

(Attiva dal 15/06 al 20/09)



## Giovedì

### **- HIKE & BIKE sulle CRESTE del BUFFAURE**

Una delle escursioni più panoramiche per combinare trekking e bike! Una giornata intera guidati dai nostri esperti accompagnatori di territorio sulle panoramiche creste del Buffaure con vista a 360° delle montagne più belle della Valle. Arrivati alla conca del Ciampac scenderemo in funivia per poi salire in sella e scendere lungo la ciclabile accompagnati dalle nostre guide MTB fino a Pozza.

Livello: medio

Ora e luogo di ritrovo: ore 9.30 Sport Check Point Pozza di Fassa

Rientro previsto: ore 16.30 circa

Prezzo: 35€ (incluso accompagnamento, noleggio bike), 17€ bambini fino a 12 anni.

**20€ adulti e 10€ bambini per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**





Utilizzo impianti di risalita. L'utilizzo delle cabinovie e dei pullman non sono inclusi nel prezzo.

(Attiva dal 23/06 al 08/09)



### **- LE ERBE MAGICHE - ATTIVITA' FAMILY ALL'ALPE LUSIA**

Facile passeggiata con visita guidata al piccolo orto botanico e a seguire laboratorio per scoprire le mille virtù e usi delle erbe aromatiche ed officinali con simpatico souvenir.

Degustazione facoltativa (3€).

ritrovo: 15.00 partenza impianti Alpe di Lusìa - Moena

rientro: ore 18.30 circa

Prezzo: 15€, 13€ con Val di Fassa Card, bambini fino a 3 anni gratuiti, 4-12 anni 5€.

**GRATUITA per i clienti degli Sport & Outdoor Hotel.**

Utilizzo di impianti di risalita non incluso nel prezzo.

(Attiva dal 23/06 al 08/09)

## **Venerdì**



### **- COLAZIONE ALL'ALBA IN QUOTA**

Un'esperienza unica per godere del sorgere del sole sulla Marmolada e sulle Dolomiti dall'alto. Ci aspetterà poi una buonissima colazione a buffet al rifugio prima di scendere nuovamente a Valle.

Livello: facile

Ora e luogo di ritrovo: da definire in base al periodo parcheggio funivia Sass Pordoi al Passo Pordoi.

Rientro previsto: ore 9.00 circa

Dislivello in salita: 150m circa

Prezzo: 30€ a persona, inclusa un'abbondante colazione a buffet!

**15€ per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

(Attiva dal 17/06 al 23/09)



### **- IMPARIAMO SULLA CICLABILE!**

Escursione guidata per famiglie attraverso la ciclabile della Val di Fassa per imparare la vita e la cultura di montagna. Un'avventura didattica tra sentieri tematici nel bosco, fattorie e campi biologici, agriturismi e tanti simpatici animali.

Livello: facile

Ora e luogo di ritrovo: ore 10.00 Sport Check Point Pozza

Rientro previsto: ore 15.00 circa

Prezzo: 25€ a persona, 10€ bambini fino a 12 anni.

**10€ adulti e 5€ bambini per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

Lunghezza: circa 20 km

Dislivello da pedalare: 200 mt

Pranzo: Bikegrill a carico dei partecipanti

(Attiva dal 17/06 al 23/09)



### - **ATTRAVERSO LA VALFREDDA - PASSO SAN PELLEGRINO**

Partendo dal Passo San Pellegrino si percorre la suggestiva Valfredda, una vallata verdeggiante costellata di tante tipiche baite di montagna fino a giungere all'Agriturismo Malga ai Lach.

Livello: medio

Ritrovo: ore 9.00 al Passo San Pellegrino o partenza impianti Lusia. Il luogo dipende dall'escursione in programma.

Durata: circa 6 ore compresa una piacevole pausa pranzo.

Prezzo: 25€

**10€ adulti per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

(Attiva dal 24/06 al 23/09)

### **Sabato**



### - **LA GRANDE GUERRA NELLE DOLOMITI**

Escursione lungo le linee del fronte italiano nelle gallerie e trincee del Passo san Pellegrino al Colifon.

Livello: facile

Ritrovo: ore 8.30 c/o impianti Costabella al Passo S. Pellegrino.

Durata: circa 4 ore

Prezzo: 15€ a persona

**5€ per clienti degli Sport & Outdoor Hotel.**

Utilizzo impianti di risalita. L'utilizzo delle cabinovie e dei pullman non sono inclusi nel prezzo.

(Attiva dal 25/06 al 24/09)

### **Domenica**



### - **CLICK in ALTA MONTAGNA**

Escursione in quota assieme ad un accompagnatore che ci porterà nei luoghi più belli e da un fotografo che ci insegnerà a sfruttare al meglio le nostre macchine fotografiche o i nostri smart phone per stupire tutti con fotografie spettacolari. Impareremo i piccoli trucchi della fotografia di paesaggi, macro e di sport/movimento.

Al termine dell'escursione gli scatti più belli verranno postati sulla nostra pagina facebook e chi riceverà più like verrà premiato con un'attività gratuita durante la settimana!

Livello: facile

Ora e luogo di ritrovo: 13.30 Sport Check Point Canazei o Campitello

Rientro previsto: ore 17.30 circa

Dislivello in salita: dipende dall'itinerario

Prezzo: 15€ a persona

**5€ per i clienti delle strutture Sport & Outdoor.**

Utilizzo impianti di risalita. L'utilizzo delle cabinovie e dei pullman non sono inclusi nel prezzo.

(Attiva dal 19/06 al 25/09)