

Freschezza estiva

1. SETTIMANA: 12.07. – 18.07.; 26.07. – 01.08.; 09.08. – 15.08.; 23.08. – 29.08.; 06.09. – 12.09.

LUNEDÌ

Semplice salute con acqua – sul „percorso Kneipp delle piramidi Rudlbach“ a Tesido con breve escursione a piedi nudi sul suolo del bosco – un'avventura dei sensi! 🐾

Tema: „Meno malattie e più energia nel lavoro e nel tempo libero sono i successi di uno stile di vita più sano“. L'iniziale superamento di calpestare l'acqua fredda, viene ripagata dalla calda e benefica reazione rilassante.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 200m. **Durata:** 13.00 – 16.30. **Percorrenza:** 2,5 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 13.00, S. Martino ore 13.05, Colle ore 13.15, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 13.25, Tesido Ufficio Turistico ore 13.30. **Ritrovo:** fermata d'autobus a Prati di Tesido ore 13.35. **Contributo:** **inclusi asciugamano e frizione all'arnica** con VIP-Card € 6,- (senza VIP-Card € 12,-). **P:** min. 4 persone. Possibilità di ristoro.

MARTEDÌ

Escursione al mulino a Tesido: Dove per i bambini l'escursione si trasforma in un'avventura 🐾

Tema: Il battito e lo scroscio del mulino a Tesido ravviva l'antica cultura ed il mondo lavorativo dei contadini di montagna. Strada facendo incontriamo capre, conigli, pappagalli, cinghiali, struzzi ecc. La signora del mulino ha preparato pane fatto in casa con burro e formaggio e succo di sambuco.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 300m. **Durata:** 13.00 – 16.30. **Percorrenza:** 3 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 13.00, S. Martino ore 13.05, Colle ore 13.15, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 13.25, Tesido Ufficio Turistico ore 13.30. **Ritrovo:** fermata d'autobus a Prati di Tesido ore 13.35. **Contributo:** con VIP-Card € 10,- (senza VIP-Card € 20,-). **P:** min. 6 persone.

MERCOLEDÌ

Frizzante avventura nella gola di Fanes nei pressi di Cortina 🐾

Escursione avventurosa attraverso la gola di Fanes nei pressi di Cortina. Una frizzante escursione tra alte pareti rocciose e sotto rumoreggianti cascate d'acqua.

Accompagnatore: Scuola Alpina. ⬆️⬆️ 300m. **Durata:** 9.00 – 16.00. **Percorrenza:** 3 ore. **Partenza con il pulmino della Scuola Alpina:** S. Maddalena ore 9.00, S. Martino ore 9.05, Colle ore 9.15, Tesido Ufficio Turistico 9.25, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.30. **Contributo:** con VIP-Card € 18,- (senza VIP-Card € 36,-). **P:** min. 6 persone, mass. 18 persone. Pranzo al sacco.

Visita guidata della Chiesetta di S. Giorgio a Tesido 🐾

Durata: 9.30 – 11.00. **Punto d'incontro:** Tesido Ufficio Turistico alle ore 09.30. **Contributo:** gratuito.

GIOVEDÌ

Il maso didattico „Mudler“ in Val Casies: Un programma stupefacente sia per i bambini di città ma anche per quelli della campagna – non sarà mica la mucca azzurra? 🐾

Il Mudler Hof offre insegnamento al maso e vorrebbe far assistere a bambini e famiglie la vita contadina. I bambini troveranno nuovi amici: coniglietti o gatti. Avete mai prodotto formaggio o burro? Che sapore ha latte fresco di mucca? E chi si fida a toccare la lingua ruvida di un vitellino? Potete tuffarvi nell'avventura "maso"! **Accompagnatore:** la contadina Agatha Walder e Siegfried. **Durata:** 9.00 – 12.20. **Partenza con il pulmino escursionistico:** Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.00, Tesido Ufficio Turistico ore 9.05, Colle ore 9.15, S. Maddalena ore 9.20, S. Martino 9.25. **Contributo:** **inclusa abbondante merenda con prodotti del maso** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 10 persone, mass. 20 persone.

VENERDÌ

Nel regno degli animali e del Patrimonio dell'Umanità nelle Dolomiti di Braies: sopra ceppi e sassi dal Passo Furcia sul Piz da Peres (2507m) 🐾

Dal Passo Furcia, saliamo alla Forcella Tre Dita. Si prosegue per il punto più alto del Piz da Peres. Discesa: Passiamo per il Lago Colli Alti, la „Hochalpe“ e la Forcella di Lampadures e scendiamo al punto di partenza. Passo sicuro.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 750m. **Durata:** 8.00 – 17.00. **Percorrenza:** 5-6 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 8.00, S. Martino ore 8.05, Colle ore 8.15, Tesido Ufficio Turistico 8.25, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 8.30. **Contributo:** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 6 pers. mass. 18 pers. Poss. di ristoro e pranzo al sacco.

Conoscere le erbe - escursione per tutta la famiglia a Monguelfo 🐾

Si imparerà a conoscere le virtù medicinali e magiche dei fiori e gli effetti depurativi delle piante selvatiche commestibili. Raccoglieremo delle erbe, le assaggeremo e prepareremo una tisana accompagnata da fettine di pane imburato.

Accompagnatrice: Pia. ⬆️⬆️ 100m. **Durata:** 14.00 – 17.00. **Percorrenza:** 2 ore. **Possibilità partenza col pullman di linea:** S. Maddalena ore 13.29, S. Martino ore 13.35, Colle ore 13.43, Tesido Ufficio Turistico 13.50. **Ritrovo:** Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 14.00. **Contributo:** con VIP-Card € 8,-(senza VIP-Card € 16,-). **P:** min. 6 persone.

Visita guidata del maso contadino Voadohuibn a S. Maddalena 🐾. **Durata:** 16.30 – 18.00. **Punto d'incontro:** maso Voadohuibn alle ore 16.30. **Contributo:** € 4,50. **Prenotazione:** entro le ore 20.00 di giovedì, tel. 0474 948065 oppure 335 5322258.

La nostra mappa del tesoro con la Vostra VIP-Card personale Vi verrà consegnata gratuitamente al Vostro arrivo.
Riduzione per bambini: bambini fino a 6 anni partecipano gratis al nostro programma, bambini fino a 12 anni pagano la metà.

passeggiata adatta per bambini
dislivello ↓↑
partecipanti P

passeggiata
escursione facile
escursione media
escursione impegnativa
escursione alpinistica

Informazioni e prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente, lunedì entro le ore 11 presso l'Associazione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido. Ufficio S. Martino/Casies ☎ 0474 978 436. Ufficio Monguelfo ☎ 0474 944 118. Ufficio Tesido ☎ 0474 950 000

Freschezza estiva

2. SETTIMANA: 19.07. – 25.07.; 02.08. – 08.08.; 16.08. – 22.08.; 30.08. – 05.09.

LUNEDÌ

Semplice salute con acqua – sul „percorso Kneipp delle piramidi Rudlbach“ a Tesido con breve escursione a piedi nudi sul suolo del bosco – un'avventura dei sensi! 🐾

Tema: „Meno malattie e più energia nel lavoro e nel tempo libero sono i successi di uno stile di vita più sano“. L'iniziale superamento di calpestare l'acqua fredda, viene ripagata dalla calda e benefica reazione rilassante.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 200m. **Durata:** 13.00 – 16.30. **Percorrenza:** 2,5 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 13.00, S. Martino ore 13.05, Colle ore 13.15, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 13.25, Tesido Ufficio Turistico ore 13.30. **Ritrovo:** fermata d'autobus a Prati di Tesido ore 13.35. **Contributo:** **inclusi asciugamano e frizione all'arnica** con VIP-Card € 6,- (senza VIP-Card € 12,-). **P:** min. 4 persone. Possibilità di ristoro.

MARTEDÌ

Passeggiata per famiglie con grigliata a Tesido - anche per nonne e nonni 🐾

Tema: Escursione con cervello: Trasformiamo la natura in avventura e offriamo ricreazione in un ambiente sano – giochi accanto, nell' e con l'ACQUA. Sul sentiero panoramico viviamo la natura a cuor leggero durante la grigliata ci sfamiamo e ci disettiamo, i bambini corrono nel vicino bosco, li vediamo giocare accanto all'acqua e ci sentiamo proprio bene circondati da un verdissimo paesaggio.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 300m. **Durata:** 9.00 – 14.30. **Percorrenza:** 2,5 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 9.00, S. Martino ore 9.05, Colle ore 9.15, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.25, Tesido Ufficio Turistico ore 9.30. **Contributo:** **inclusa la grigliata** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 6 persone.

MERCOLEDÌ

„Varietà appassionante“ – su antichi sentieri dalla Val Casies al lago „Schwarzsee“ in Valle Villgraten (A) 🐾🐾🐾

Tema: La più bella proprietà degli abitanti di Villgraten sono le loro malghe. Questa valle ha molte cose, che le altre non hanno più! Il tour ci porta attraverso la valle „Pfoi“ e la forcella della Val Casies allo „Schwarzsee“. Da lì scendiamo attraverso prati fioriti alle malghe „Ober- e Unterstaller“. Ritorno in autobus.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️ 1070m ⬇️ 820m. **Durata:** 7.30 – 17.00. **Percorrenza:** 5-6 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 7.30, Tesido Ufficio Turistico ore 7.35, Colle ore 7.45, S. Martino ore 7.50, S. Maddalena ore 7.55. **Ritrovo:** S. Maddalena Fondo Valle ore 8.00. **Contributo:** incluso il ritorno in autobus dalla Valle Villgraten al punto di partenza con VIP-Card € 15,- (senza VIP-Card € 30,-). **P:** min. 4 persone, mass. 18 persone. Pranzo al sacco.

Visita guidata della Chiesetta di S. Giorgio a Tesido 🐾

Durata: 9.30 – 11.00. **Punto d'incontro:** Tesido Ufficio Turistico alle ore 09.30. **Contributo:** gratuito.

GIOVEDÌ

Eccitante lavoro a mano a Monguelfo: „Assistiamo all'abbattimento di un albero“ Il ruggito della motosega. L'abete cade nella direzione desiderata. Tutt'attorno il suolo del bosco vibra. Il primo passo è fatto 🐾

Tema: Abbattere un albero è una questione molto complessa. L'età, lo stato, l'esposizione, il vicinato, il vento, l'inclinazione, tutto deve essere considerato. Questa escursione Vi darà modo di farVi un'idea di come lavorano i professionisti. Il più fortunato riceverà un regalo in legno, realizzato dalla guardia forestale.

Accompagnatore: impiegato forestale e Siegfried. ⬆️⬆️ 50m. **Durata:** 9.00 – 14.00. **Percorrenza:** 1 ora. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 9.00, S. Martino ore 9.05, Colle ore 9.15, Tesido Ufficio Turistico 9.25, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.30. **Contributo:** **inclusa merenda del boscaiolo** con VIP-Card € 10,- (senza VIP-Card € 20,-). **P:** min. 6 persone.

VENEDÌ

Preparazione di burro e formaggio secondo la tradizione sulla malga Versell in Val Casies 🐾🐾🐾

Tema: Dove antiche ricette e consuete abitudini di lavoro vengono applicate con gioia. Da S. Martino camminiamo lungo l'antico sentiero „Haiziega Weg“ fino alla malga „Randl“ (1866m). Lì ci aspetta già la casara Annelies, che ci illustrerà come si produce burro e piccole forme di formaggio di buona qualità. Dopo una breve degustazione di freschi prodotti lattici nostrani facciamo una passeggiata digestiva in questo straordinario paesaggio prima di scendere a valle.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 586m. **Durata:** 8.00 – 16.00. **Percorrenza:** 4 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 8.00, Tesido Ufficio Turistico ore 8.05, Colle ore 8.15, S. Martino ore 8.25, S. Maddalena ore 8.30. **Contributo:** **inclusa la degustazione di burro, formaggio e pane nero fatti in casa e di latte fresco** con VIP-Card € 15,- (senza VIP-Card € 30,-). **P:** min. 6 persone.

Visita guidata del maso contadino Voadohuibn a S. Maddalena 🐾. **Durata:** 16.30 – 18.00. **Punto d'incontro:** maso Voadohuibn alle ore 16.30. **Contributo:** € 4,50. **Prenotazione:** entro le ore 20.00 di giovedì, tel. 0474 948065 oppure 335 532258.

La nostra mappa del tesoro con la Vostra VIP-Card personale Vi verrà consegnata gratuitamente al Vostro arrivo.
Riduzione per bambini: bambini fino a 6 anni partecipano gratis al nostro programma, bambini fino a 12 anni pagano la metà.

passeggiata adatta per bambini 🐾
dislivello ⬆️⬆️
partecipanti P

passeggiata
escursione facile 🐾
escursione media 🐾
escursione impegnativa 🐾
escursione alpinistica 🐾

Informazioni e prenotazione entro le ore 18 del giorno precedente, lunedì entro le ore 11 presso l'Associazione Turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido . Ufficio S. Martino/Casies ☎ 0474 978 436 . Ufficio Monguelfo ☎ 0474 944 118 . Ufficio Tesido ☎ 0474 950 000