

Prologo escursionistico – magia alpina e programma attività

1. SETTIMANA: 21.05. – 30.05.; 07.06. – 13.06.; 21.06. – 27.06.; 05.07. – 11.07.

LUNEDÌ ECCEP TO 24 MAGGIO + VENERDÌ 21 MAGGIO

Passeggiata panoramica sul „Lottersteig“ a Tesido

Tema: Un'escursione fra presente e passato – escursione culturale con visita al mulino tra Lienharter e Monte Mara a Tesido. Alla fine degustazione di pane fatto in casa con burro, formaggio e succo di sambuco.

Accompagnatore: Siegfried.   300m. **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. **Contributo:** con VIP-Card € 10,- (senza VIP-Card € 20,-). **P:** min. 6 persone.

MARTEDÌ

Viaggio nel passato: Gita in autobus con breve escursione attraverso il Comelico Superiore nelle Dolomiti Orientali, dove i paesi e le sue tradizioni graziano arcaici


Tema: Antico dialetto di Villgraten e tipica architettura in legno nel cuore dello stile edilizio italiano – nell'arco di pochi chilometri culture e usanze diverse – assistere al tramonto in montagna – facile escursione intorno al Lago di Misurina.

Accompagnatore: Siegfried.   100m. **Durata:** 8.30 – 17.00. **Percorrenza:** 1 ora. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 8.30, S. Martino ore 8.35, Colle ore 8.45, Tesido Ufficio Turistico ore 8.55, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.00. **Contributo:** con VIP-Card € 20,- (senza VIP-Card € 40,-). **P:** min. 8 persone, mass. 18 persone. Possibilità di ristoro.

MERCOLEDÌ

Sul sentiero delle Dolomiti dal Mudler Hof alla malga di Tesido e alla malga Gschwendter Alm a Colle di Dentro

Tema: Vivere meglio nell'ambiente contadinesco: mantenere l'avvenenza come ambiente di vita, di commercio e di benessere – tutto questo funge soprattutto al turismo. Dal Mudler Hof (1584m) raggiungiamo la malga di Tesido in ca. 1,5 ore, continuiamo verso la malga Gschwendter Alm lungo uno stretto sentiero al confine del bosco, dove lungo il cammino godiamo una stupenda vista. Nella malga ci concediamo una sosta piuttosto lunga, gustando la cucina alpina, per poi scendere a valle.

Accompagnatore: Siegfried.  636m  966m. **Durata:** 8.30 – 16.00. **Percorrenza:** 4-5 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 8.30, S. Martino ore 8.35, Colle ore 8.45, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 8.55, Tesido Ufficio Turistico ore 9.00. **Contributo:** con VIP-Card € 10,- (senza VIP-Card € 20,-). **P:** min. 4 persone. Pranzo al sacco e possibilità di ristoro.



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 percorso di S. Francesco al Cantico delle creature in valle „Reintal“ successivamente visita al castello



Tema: Così i bambini si immaginano un castello di cavalieri: troneggiante su uno scoglio, con un ponte levatoio, una stanza per l'armatura e un sotterraneo buio pieno di strumenti di tortura. L'escursione inizia in direzione della valle „Reintal“, la quale ci porta in angoli idilliaci, accanto a scroscianti cascate, alla cappella „Tobel“ e fino al castello di Campo Tures. Camminando troveremo sculture dedicate al canto del sole. **Possibilità A:** visita guidata al castello; **B:** girovagare nel paese di Campo Tures.

Accompagnatore: Siegfried.   300m. **Durata:** 9.00 – 17.00. **Percorrenza:** 4 ore. **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:** **A: inclusa visita al castello** con VIP-Card € 18, - (senza VIP-Card € 36, -). **B:** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 6 persone, mass. 18 persone. Pranzo al sacco e possibilità di ristoro durante il giro in paese.

VENERDÌ

Svago per meditare: sul sentiero dei rododendri e pino mugo, lungo lo scrosciante torrente „Schwarzach“ fino alla malga „Jagdhausalm“ (paese tibetano) nell'alta valle Defereggan (A)

Tema: Accanto all'originale bellezza intorno al lago rotondo „Pfauenauge“ ci attendono delle vivaci marmotte e con un po' di fortuna vedremo volare in cielo qualche aquila affamata. Saliamo sul Passo Stalle e alla malga „Patsch“. Attraversiamo un antico bosco di cirmolo fiorito di rododendri a raggiungimento della malga „Jagdhaus“. Al ritorno ci dissetiamo nella malga Oberhaus e lasciamo digradare la nostra giornata escursionistica.




Accompagnatore: Siegfried.   330m – ca. 14 km. **Durata:** 8.30 – 17.00. **Percorrenza:** 5,5 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 8.30, S. Martino ore 8.35, Colle ore 8.45, Tesido Ufficio Turistico ore 8.55, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.00. **Contributo:** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 8 persone, mass. 18 persone. Pranzo al sacco e possibilità di ristoro.





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.**

Ogni primo venerdì al mese: Dal grano al pane – osserviamo la lavorazione allo Stacherhof a Tesido

Durata: 9.00 – 12.00. **Ritrovo:** Stacherhof a Tesido/Prati alle ore 09.00. **Contributo:** € 4,00. **(incluso una pagnotta appena sfornata)**

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 T 0474 978 436 . Ufficio Monguelfo T 0474 944 118 . Ufficio Tesido T 0474 950 000

Prologo escursionistico – magia alpina e programma attività

2. SETTIMANA: 31.05. – 06.06.; 14.06. – 20.06.; 28.06. – 04.07.

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

Sulla Croda Rossa di Sesto, situata nel cuore delle Dolomiti Patrimonio Naturale dell'Umanità 🦋👣 a 👣👣

Tema: Con l'assunzione delle Dolomiti nel Patrimonio Naturale dell'Umanità, ci è stato dato il compito di custodire un tesoro della terra, per far gioire anche le generazioni dopo la nostra (Hofmann). Da Monte Croce su uno stretto sentiero in direzione Croda Rossa. Lì i bambini troveranno molte possibilità per giocare, ma anche i genitori si divertiranno. **Ritorno A:** Chi vuole godersi più a lungo quest'idillio, resta sul terrazzo soleggiato, ascoltando musica e godendosi le splendide montagne e poi al pomeriggio scende con la funivia. **B:** Gli escursionisti tornano a piedi fino all'autobus.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 500m. **Durata:** 9.00 – 16.00. **Percorrenza:** 4 ore. **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:** **A: inclusa discesa con la cabinovia** con VIP-Card € 18,- (senza VIP-Card € 36,-); **B:** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 6 persone, mass. 18 pers. Possibilità di ristoro.

MERCOLEDÌ

Risveglio della primavera sull'Astjoch nei pressi di S. Lorenzo/Mantana 👣👣

Tema: Il ballo dei contrasti: Croco e Rododendri – espressione dell'avvicinarsi della primavera. In autobus andiamo a Brunico, passiamo S. Lorenzo e Mantana raggiungendo Ellen. Qui inizia la nostra escursione, la quale ci porta sulla malga Ast. Dopo una rilassante pausa con uno "stupendo panorama", ci incamminiamo su un altro percorso fiorito, il quale ci porta indietro al punto di partenza.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 850m. **Durata:** 8.30 – 17.00. **Percorrenza:** 4,5 ore. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 8.30, S. Martino ore 8.35, Colle ore 8.15, Tesido Ufficio Turistico 8.55, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 9.00. **Contributo:** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 6 persone, mass. 18 persone. Pranzo a 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

„Prato commestibile“ con verdura selvatica e menù di erbacce a Tesido 🦋👣

Saziante, naturale e autentico preparato da Seppila, sul versante soleggiato a Tesido – nel frattempo una zuppa di verdure selvatiche. In autobus attraversiamo Tesido arrivando da „Seppila“. Con l'esperta guida Jimmy cerchiamo selvatiche piante commestibili, germogli, semi, frutti e foglie, cortecce, radici e petali, i quali lui poi li trasforma in vere gioie di palato. Il pomeriggio ci porta ancora attraverso il paese dei balocchi „boschi e prati“. **Accompagnatore:** Jimmy - il gestore del ristorante Seppila. ⬆️⬆️ ca. 100m. **Durata:** 10.00 – 16.00. **Percorrenza:** 1 ora. **Partenza con il pulmino escursionistico:** S. Maddalena ore 10.00, S. Martino ore 10.05, Colle ore 10.15, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 10.25, Tesido Ufficio Turistico ore 10.30. **Contributo:** incluso menù di verdure selvatiche con erbacce VIP-Card € 38,- (senza VIP-Card € 48,-). **P:** min. 4 persone.

>17.06. CONOSCERE LE ERBE A MONGUELFO: dalla farmacia di madre natura

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. ⬆️⬆️ 150m. **Durata:** 13.30 – 17.00. **Percorrenza:** 2 ore. **Partenza col pullman di linea:** S. Maddalena ore 13.29, S. Martino ore 13.35, Colle ore 13.43, Tesido Ufficio Turistico 13.50, Monguelfo fermata d'autobus in Via Stazione ore 14.00. **Contributo:** con VIP-Card € 8,- (senza VIP-Card € 16,-). **P:** min. 6 persone.

VENERDÌ

Sulla via di S. Giacomo da S. Candido alla cappella di S. Giacomo a Tesido 👣👣 a 👣👣

Tema: „Dai un ampio spazio alla nostalgia della patria“. Dopo la visita alla Collegiata romanica di S. Candido e ci incamminiamo verso Dobbiano (pausa pranzo). Attraversiamo spazi nostalgici, scendiamo lungo i prati a Carbonin Vecchia (Gustav Mahler) e presto raggiungiamo la storica Bad Maistatt. Pochi chilometri ci separano dalla cappella di S. Giacomo a Tesido.

Accompagnatore: Siegfried. ⬆️⬆️ 200m. **Durata:** 9.00 – 17.00. **Percorrenza:** 5 ore. **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 stazione ferroviaria ore 9.30. **Contributo:** **incluso il biglietto del treno** con VIP-Card € 12,- (senza VIP-Card € 24,-). **P:** min. 4 persone. Pranzo al sacco.

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.

Ogni primo venerdì al mese: Dal grano al pane – osserviamo la lavorazione allo Stacherhof a Tesido 🦋

Durata: 9.00 – 12.00. **Ritrovo:** Stacherhof a Tesido/Prati alle ore 09.00. **Contributo:** € 4,00. **(incluso una pagnotta appena sfornata)**

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.

passaggiata adatta per bambini 🦋
dislivello ⬆️⬆️
partecipanti P

passaggiata 👣
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