

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

## Alto Adige

### “Dolomiti - La Val Pusteria”

Le Dolomiti sono la proiezione verticale di un territorio sorprendente che lascerà senza fiato. Arriveremo in alta Val Pusteria al cospetto della più famosa formazione rocciosa, simbolo di questi luoghi, le Tre Cime di Lavaredo, regine indiscusse dell'area dolomitica. Un pacchetto di una settimana in uno dei luoghi più affascinanti del pianeta, patrimonio Unesco dal 2009 che sorprenderà per la sua tridimensionalità.

Questa è la nostra proposta organizzata in autonomia ma con la possibilità di completare con servizi aggiuntivi: trekking accompagnati da guide escursionistiche, visite guidate a musei, luoghi d'arte o aziende di produzioni tipiche delle tradizioni locali, escursioni con approfondimenti storici sui luoghi legati al conflitto della Grande Guerra.

Gli spostamenti non sono inclusi in quanto possono essere gestiti con navette pubbliche, e-bikes, mezzi propri o taxi. E allora non ci resta che fare lo zaino e partire!



### Programma di 8 giorni

#### 1° giorno: Dobbiaco

Arrivo nell'arco della giornata a **Dobbiaco** e sistemazione in hotel. Dobbiaco è servita da Trenitalia via Verona e Fortezza oppure con pullman di linea diretto da Milano e altre città del nord-est.

Consigliamo una visita al **Grand hotel Dobbiaco**, imponente struttura di fine '800 meta estiva di ospiti illustri. Ora è un centro culturale e congressi con interessanti esposizioni. Normalmente c'è anche una ricca offerta di eventi musicali ma per estate 2020 non è ancora deciso se verrà ripristinata.



Via del Vigna, 199 57121 Livorno - Tel. 0586 444407 fax 0586 426548

19852015 [naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

## 2° giorno: La ciclabile della Drava

Prima colazione. Ritiro delle biciclette presso punto noleggio di Dobbiaco. Giornata dedicata ad una piacevole **escursione in bici**: raggiungiamo **San Candido** attraverso un percorso ciclabile/strade secondarie ben segnalato per immergersi sulla ciclabile che ha inizio a San Candido con un percorso di 45 km in leggera discesa fino a **Lienz** in Austria, passando attraverso prati, foreste, paesini tipici nel cuore del Tirolo dell'Est, Si tratta di un percorso lungo ma facile, superabile senza eccessiva fatica. E' possibile con un supplemento noleggiare una e-bike. Lungo il percorso sono situati diversi punti di assistenza per sopperire ad ogni eventuale necessità. Molti sono i luoghi panoramici dove fermarsi per una piacevole sosta. Il ritorno può essere fatto con treno oppure nuovamente in bicicletta.

Questa giornata può essere fatta in autonomia oppure con una **guida turistica-escursionistica** che illustrerà i bellissimi affreschi di San Candido, l'architettura della capitale tirolese di Lienz, storia, natura e tradizioni della valle (con supplemento).

## 3° giorno: lago di Braies

Prima colazione. In mattinata trasferimento con navetta **al lago di Braies**. Situato ad una altitudine di 1469 m., deve la sua origine ad uno sbarramento per frana. Per il colore blu intenso che contraddistingue le sue acque limpide e profonde e per la incantevole cornice dei monti che lo circondano è una tappa obbligata per i visitatori della Val Pusteria. Incantevole passeggiata su sentiero battuto, poco impegnativa che fa il giro del lago, poco più di 3 km con dislivelli minimi. E' inoltre possibile noleggiare una barca per apprezzare il lago dall'acqua. Al termine dell'escursione trasferimento a **Brunico**.

Visita libera al centro storico. Possibilità di visita a **MMM Ripa (Mountain Messner Museum)** allestito all'interno del castello di Brunico. Il tema è "i popoli della montagna e la loro cultura". Il Castello di Brunico si trova nel centro storico. Rientro a Dobbiaco con treno o con navetta.

Giornata proposta in visita libera, guida turistica come supplemento.

## 4° giorno: le Tre Cime di Lavaredo

Prima colazione. Partenza nella prima mattinata con la navetta per il rifugio Auronzo. Il rifugio si trova su un grande piazzale a mt. 2330 proprio ai piedi delle **Tre Cime di Lavaredo**, regine indiscusse delle Dolomiti. E' una passeggiata su sentiero ghiaioso facile che in 10km e con dislivelli medi percorre in direzione est tutto il periplo delle cime più famose e fotografate della zona. C'è la possibilità di sosta e ristoro in numerosi rifugi lungo il percorso tra cui anche il rifugio Locatelli da dove la vista sui 3 giganti è spettacolare. Il pranzo può essere consumato in uno qualsiasi dei rifugi.

Rientro nel primo pomeriggio con la navetta a Dobbiaco e tempo libero per relax.

Questa escursione può essere fatta autonomamente o con guida escursionistica (con supplemento).

## 5° giorno: i luoghi della Grande Guerra

Prima colazione. Partenza con auto o minibus per il passo di Valparola. Qui si trova il **Forte Tre Sassi**, in origine austriaco, si trovava in posizione strategica per la difesa dagli eserciti italiani. Ora custodisce al suo interno un interessante allestimento e collezione di reperti della Prima Guerra Mondiale. Molto interessante anche il video che viene proiettato in diverse lingue.



Via del Vigna, 199 57121 Livorno - Tel. 0586 444407 fax 0586 426548

19852015 [naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*

Nei dintorni del forte è possibile fare una interessantissima passeggiata tra le trincee della postazione Edelweiss, importante opera di difesa austro-ungarica oppure le trincee 5 torri che era il fronte italiano sul Lagaroi. Sono dei veri e propri musei all'aperto e le trincee sono tra le meglio conservate.

Il pranzo può essere consumato presso il rifugio di Valparola. Nel pomeriggio rientro a Dobbiaco con una breve sosta a **Cortina**. La sua aria snob può piacere o meno ma l'anfiteatro di cime che la circonda non può che lasciare a bocca aperta.

Per questa giornata la guida è caldamente consigliata per approfondire il tema storico ma anche per trovare più agevolmente i luoghi trincerati. Con supplemento

## **6° giorno: Bolzano e Otzi, l'uomo venuto dal ghiaccio**

Prima colazione. Lasciamo Dobbiaco e ci spostiamo con mezzi propri a **Bolzano** (quindi in treno o auto). Arrivo a Bolzano e sistemazione in hotel centrale.

La giornata è a disposizione per una passeggiata nel centro storico. Molto interessante è il **museo archeologico di Bolzano** dove viene conservato **Otzi**, il corpo mummificato ritrovato con lo scioglimento del ghiacciaio del Similaun in Val Venosta. Un importantissimo ritrovamento che nel 1991 ha riscritto i libri di storia.

## **7° giorno: le Piramidi di Terra di Longomoso**

Prima colazione. Saliamo **all'altopiano del Renon** con la funivia che parte ogni 5 minuti dal centro di Bolzano e poi con il trenino del Renon che ha frequenza ogni mezzora. L'altopiano è molto panoramico e sovrasta la città. Osserveremo un interessante fenomeno geologico, **le Piramidi di Terra di Longomoso**. Si tratta di un bizzarro fenomeno di erosione glaciale, pinnacoli di materiale morenico argilloso e sulla cima un masso granitico che ne impedisce la completa estinzione. Nel pomeriggio consigliamo una visita al Museo Plattern, museo del miele in alta quota che è stato allestito all'interno di un antico maso altoatesino. Si trova a Soprabolzano dove riprenderete la funivia per scendere nuovamente in città.

Consigliamo una visita guidata per la mattinata alle piramidi per approfondire questo fenomeno dal punto di vista geologico. (con supplemento)

## **8° giorno: partenza**

Prima colazione. Tempo libero per gli ultimi acquisti e partenza.



Via del Vigna, 199 57121 Livorno - Tel. 0586 444407 fax 0586 426548

19852015 [naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.

# NATURA da VIVERE - T.O.

di A.R.D.E.A. s.c.r.l.

*professionisti per natura*



## Scheda tecnica

<b>Durata:</b>	8 giorni / 7 notti
<b>Partenza:</b>	estate 2020, su richiesta
<b>Partecipanti:</b>	viaggio individuale
<b>Quota individuale:</b>	Euro 560,00
<b>Sistemazione:</b>	hotel 3 stelle o B&B a gestione familiare

**La quota comprende:** 7 pernottamenti di cui 5 a Dobbiaco e 2 a Bolzano con sistemazione in struttura ricettiva 3 stelle o B&B, camera con bagno privato e colazione. Noleggio 1 giornata MBT, ingressi Museo della Grande Guerra, MMM Brunico (Mountain Messner Museum) e Museo archeologico Bolzano. Road map dettagliata per lo svolgimento del programma. Tutte le prenotazioni (musei, navette, taxi ecc). Assicurazione medico-bagaglio.

**La quota non comprende:** i pranzi e le cene. I trasporti che saranno con navetta o con auto propria o con e-bike o altro. Visite guidate su richiesta (turistiche o naturalistiche) gli extra, e quanto non riportato alla voce "la quota comprende".

**Trasporto:** arrivo a Dobbiaco con treno o altro mezzo pubblico o auto propria. Spostamenti in Val Pusteria con navette pubbliche e treno. Solo per i giorni 3 e 5 sono inclusi dei mezzi privati perchè i luoghi non sono serviti.

## Supplementi:

- camera singola Euro 280,00
- mezza pensione (cena in Hotel, solo per 5 notti a Dobbiaco) Euro 225,00
- eventuale notte extra Euro 50,00 a persona in doppia, colazione inclusa



Via del Vigna, 199 57121 Livorno - Tel. 0586 444407 fax 0586 426548

19852015 [naturadavivere@ardea.toscana.it](mailto:naturadavivere@ardea.toscana.it) [www.ardea.toscana.it](http://www.ardea.toscana.it)

iscritta Albo Nazionale cooperative a mutualità prevalente al N. A121602 presso il M.A.P.