

LUNEDÌ

CIASPOLATA PER PRINCIPIANTI

Un'escursione molto facile nella Val Casies/S. Maddalena, per poter conoscere le ciaspole con istruzioni e tecniche di sicurezza.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 13.30–15.30
- 👤 2 ore
- 📏 dislivello: 200 m
- 💶 0 € GP, 15 € senza GP

INIZIARE CON LO SCI DI FONDO CLASSICO

Questo è il modo migliore per iniziare lo sci nordico. Lezione di prova in stile classico con preziosi consigli della scuola sci Val Casies.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – scuola sci
- 🕒 ore 13.15–15.15
- 👤 2 ore
- 💶 7 € GP, 20 € senza GP
pedaggio incluso, 8 € noleggi sci di fondo extra

MARTEDÌ

ESCURSIONE CON LE CIASPOLE ALLA MALGA ASCHTALM

Tour attraverso il bosco innevato da S. Maddalena all'Aschtalm 1950m in Val Casies. Gli escursionisti esperti possono continuare per le malghe Pfinnalm alla forcella „Pfinnscharte“ a 2395m o in rapida salita al Monte Alto a 2593m.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 9.30–16.30
- 👤 2 ore in salita
alternativa: 3,5 ore
dislivello: 500 m
alternativa: 700m
- 💶 12 € GP, 22 € senza GP

INIZIARE CON LO SCI DI FONDO SKATING

Lezione di prova in stile diagonale con preziosi consigli della scuola sci Val Casies. Ideale per affinare la tecnica, per tutti i livelli.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – scuola sci
- 🕒 ore 13.15–15.15
- 👤 2 ore
- 💶 7 € GP, 20 € senza GP
pedaggio incluso, 8 € noleggi sci di fondo extra

MERCOLEDÌ

TOUR DI FONDO NELLE DOLOMITI

Il tour conduce da Cimabanche 1530m, passando per il Lago di Landro, la Vista Tre Cime, il Cimitero di guerra, il Lago di Dobbiaco e proseguendo poi lungo la pista della Pustertaler Ski Marathon fino a Monguelfo. Sosta, Vista unica sulle Dolomiti & deliziosi momenti di piacere. Possibilità di ristoro. Possibilità di accesso sui mezzi pubblici per abbreviare il tour.

- 📍 Monguelfo – Ufficio Turistico
- 🕒 ore 10.00–15.00
- 💶 15 € GP, 25 € GP
- Pedaggio fondo e pranzo non inclusi. Portare il GP.

GIOVEDÌ

CIASPOLATA A TESIDO CON VISTA SULLE DOLOMITI

Dal ristorante di montagna Mudler alla malga Taistner Vorderalm 2012m proseguendo sul sentiero per il monte Salzla 2131m. Spettacolare vista sulle Dolomiti. Possibilità di ristoro.

- 📍 Tesido – parcheggio sopra Mudler
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 👤 2,5 ore in salita
dislivello: 500 m
- 💶 12 € GP, 22 € senza GP

VENERDÌ

SCI ALPINISMO IN VAL CASIES

Tranquilla escursione di sci alpinismo (anche per principianti) in Val Casies per abituarci o per provare. Sono richieste buone capacità sciistiche.

- 📍 Val Casies/S. Maddalena – fermata autobus fine valle
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 👤 2,5–3 ore in salita
dislivello: 800 m – 1000 m
- 💶 30 € GP, 50 € senza GP

CIASPOLATA A LUME DI LANTERNA

Una passeggiata facile e romantica sotto il cielo stellato di Monguelfo con le lanterne. Partendo dall'Ufficio Turistico a Monguelfo si cammina in direzione Plun dove successivamente aspetta un falò e vin brûlé al maso Lettnerhof. Escursione con o senza racchette da neve (tempo permettendo).

- 📍 Monguelfo – Ufficio Turistico
- 🕒 ore 21.15–23.15
- 👤 1 ora in salita, 30 min. in discesa
dislivello: 200 m
- 💶 10 € GP, 20 € senza GP

SABATO

DA PRATO PIAZZA AL MONTE SPECIE 2307M

Escursione invernale con o senza ciaspole (secondo le condizioni) per il Monte Specie 2307m sull'altipiano Prato Piazza nella Valle di Braies. Vista sulle Tre Cime. Possibilità di ristoro.

- 📍 Monguelfo – fermata autobus in Via Stazione
- 🕒 ore 9.00–16.00
- 👤 2 ore in salita
1,5 ore in discesa
dislivello: 328 m
- 💶 17 € GP, 27 € senza GP



PRENOTAZIONE ONLINE tramite gsieser-tal.guestnet.info o presso l'Ufficio Turistico. Entro le ore 17.00 del giorno precedente. Per la manifestazione del lunedì entro le ore 11.00 di lunedì.

INFORMAZIONI UTILI: Consigliamo di portare con sé alle escursioni il seguente: calzatura adeguata/buona e abbigliamento caldo (eventualmente anche un ricambio), una merenda e una bibita calda. Modifiche del programma o interruzione delle escursioni: per motivi di sicurezza a causa di maltempo, in caso di valanghe, sentieri ghiacciati ecc. la Soc. coop. turistica Val Casies-Monguelfo-Tesido può effettuare variazioni.

Bambini fino 13,9 anni partecipano gratis al programma delle attività!