



**PROGRAMMA SETTI-
MANALE inverno**
2019 -20
23 dicembre > 22 marzo



LUNEDI'

Andalo h. 10,00 / 12 – **CIASPOLE** escursione con le Racchette da neve al pian dei Sarnacli. I segreti del bosco.
family8+

Passeggiare nel bosco lungo il bellissimo percorso che porta al Pian dei Sarnacli, attraverso un piccolo canyon e i boschi da fiaba che circondano Andalo.

Iscrizione: prenotazione entro le h 22,00 del giorno di domenica alla reception dell'albergo.

Appuntamento: centro sportivo di Andalo palestra di arrampicata, casetta delle Guide Alpine

Che cosa portare: scarponcini da trekking, guanti e berretto.

Difficoltà: facile e per tutti. Bambini dagli 8 anni. Bambini piccoli nello zainetto.

Consumo calorico: 200 – 250 calorie.

Costi: noleggio ciaspole € 5,00.

Andalo h. 14,00 / 16,00 – **SCI NORDICO** prova lo sci di fondo con i maestri di sci.
family8+

Uno sport invernale aerobico che brucia calorie, nella tranquillità dei boschi intorno al laghetto di Andalo. Equilibrio, coordinazione che coinvolge tutti i muscoli del corpo. Una grossa opportunità di provare questa disciplina seguiti dagli insegnanti dei nostri maestri di sci di fondo.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 13,00 del giorno dell'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Centro sportivo di Andalo ufficio noleggio e Scuola sci di fondo, presso gli spogliatoi del campo da calcio, oppure al Pian Dosson, in relazione alle condizioni meteo e di neve.

Che cosa portare: comodo abbigliamento da montagna, guanti e berretto.

Difficoltà: facile e per tutti, adulti e bambini. I bambini dagli 8 anni.

Consumo calorico: 400 calorie.

Costi: noleggio attrezzatura sci € 10,00

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.

MARTEDI'

Andalo dal martedì al venerdì h. 14,00 / 16,00 – CORSO DI SCI NORDICO
corso di sci di fondo con i maestri di sci.

L'attività Brucia Calorie per tornare in forma perfetta, senza faticare.
family 8+

Corso di sci di fondo intorno al laghetto di Andalo o nei boschi della Paganella su percorsi pianeggianti e facili, per imparare la tecnica e il piacere dello scivolamento con il passo alternato e pattinato, seguiti professionalmente dai maestri di sci della Scuola di sci Dolomiti di Brenta.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso il nostro ufficio Activity – Scuola sci Dolomiti, in via Paganella 3/a. Oppure in anticipo e direttamente ON-LINE al seguente indirizzo:

<http://www.scuolaitalianasci.com/it/corsi-di-sci/fondo>

Appuntamento: Centro sportivo di Andalo ufficio noleggio e Scuola sci di fondo, presso gli spogliatoi del campo da calcio, oppure al Pian Dosson, in relazione alle condizioni meteo e di neve.

Che cosa portare: comodo abbigliamento da montagna, guanti e berretto.

Difficoltà: facile e per tutti, adulti e bambini. I bambini dagli 8 anni.

Consumo calorico: oltre 400 calorie al giorno.

Costi: Scuola di sci e noleggio completo attrezzatura € 100. Prezzo scontato riservato per gli Ospiti degli Activity Hotel



Andalo h. 16,00 / 19,30 – APERICIASPOLA, CIASPOLE IN QUOTA AL TRAMONTO, Aperitivo & Falò Escursione con le racchette da neve al tramonto in località Dosson. **family 10+**

Saliremo in quota con gli impianti di risalita per poi passeggiare con le ciaspole nelle foreste della Paganella. Il giorno che lascia il posto alla sera. Un bellissimo percorso ad anello con un aperitivo intorno al falò al rifugio Dosson.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

Che cosa portare: uno zainetto con acqua, snack, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto.

Difficoltà: per persone che camminano. 6 km.di sviluppo con salite di montagna. Bambini dagli 8 anni. Bambini piccoli nello zainetto.

Consumo calorico: 350 – 400 calorie.

Costi: noleggio racchette da neve € 5.00, più il biglietto per l'impianto di risalita.

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.

MARTEDI'



"CACCIA ALLA TRACCIA DEGLI ANIMALI DEL BOSCO"

Activity Kids 14:30 -16:30. Dall' 8 gennaio in poi kids 5+

Alla scoperta delle tracce degli animali che popolano i boschi. Una divertente e didattica attività per i più piccoli

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Casetta Activity presso il centro sportivo di Andalo. Palestra d'arrampicata.

Che cosa portare: scarponcini da trekking o scarponi da sci, dopo sci, guanti e berretto. **Difficoltà:** Bambini dai 5-12 anni. **Costi:** € 5.00, noleggio materiali didattici.

MERCOLEDI'

Andalo h. 09,30/12,30 - Scopriamo cos'è lo SCI ALPINISMO

Boys 14+

Prova l'esperienza di salire con le pelli di foca. Apprenderemo le tecniche di salita con le pelli di foca, le nozioni base di nivologia e di autosoccorso. Con le Guide Alpine Activity alla scoperta di questa affascinante ed emergente disciplina.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo. (prenotazione dell'attrezzatura obbligatoria, numero di piede e altezza).

Appuntamento: Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese di fronte alla Telecabina, via Paganella 3/a.

Che cosa portare: attrezzatura da scialpinismo (eventuale noleggio presso il luogo dell'appuntamento) e zainetto con giacca a vento, maglietta di ricambio, occhiali da sci, guanti da sci, acqua e snack.

Difficoltà: per sciatori che sanno affrontare almeno le piste rosse.

Consumo calorico: 400 - 600 calorie.

Costi: noleggio attrezzatura da scialpinismo € 20,00 più gli impianti di risalita.

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.

MERCOLEDI'

Andalo h. 14,00 / 16,30 – **CIASPOLE IN QUOTA** escursione con le Racchette da neve in quota in Paganella. **family8+**

Camminare fuori dai sentieri battuti con le ciaspole è una bellissima attività outdoor alla portata di tutti. Un'occasione per apprezzare la natura e la montagna d'inverno con panorami unici sulle Dolomiti di Brenta.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

Che cosa portare: uno zainetto con acqua, snack, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto.

Difficoltà: Facile per tutti. 5 km. di sviluppo con salite di montagna. Bambini dagli 8 anni. Bambini piccoli nello zainetto. **Consumo calorico:** 300 – 400 calorie.

Costi: noleggio racchette da neve € 5,00 più il biglietto per l'impianto di risalita.

GIOVEDI'

Andalo h. 09,30 / 16,00 – **CIASPOLE** escursione con le Racchette da neve in quota al Rifugio Montanara. **family 10+**

Un'escursione classica da non perdere! Fuori dai sentieri battuti per raggiungere l'accogliente rifugio La Montanara, ai piedi delle cime delle Dolomiti di Brenta. Pranzo in rifugio.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: al Centro sportivo di Andalo alla palestra di arrampicata dove c'è la casetta delle Guide Alpine

Che cosa portare: uno zainetto con acqua o termos con bevanda calda, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking, guanti e berretto, maglietta di ricambio.

Difficoltà: Per persone abituate alle facili escursioni; 500 m. di dislivello in salita per 10 km di sviluppo. Ragazzi dai 10 anni.

Consumo calorico: 400/500 calorie. **Costi:** noleggio racchette da neve € 5,00

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.



Andalo - PICCOLI SCALATORI scaliamo la parete di roccia H 14:00 - 16:00 - family5+. Dal 10 gennaio in poi **kids 5+**

Una piccola conquista alpinisti per i più piccini! Provare a scalare una piccola montagna con imbracatura, corda, con la supervisione delle nostre Guide Alpine.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: centro sportivo di Andalo palestra di arrampicata, casetta delle Guide Alpine.

Che cosa portare: scarponcini da trekking o scarponi da sci, dopo sci, guanti e berretto.

Difficoltà: Bambini 5/12 anni. **Costi:** 5€.

VENERDI'



Andalo h. 15,45 / 23,00 - **CIASPOLE** Escursione al tramonto con le ciaspole con Cena tipica allo chalet Meriz **family 10+**

Raggiungere un accogliente chalet di montagna con le ciaspole per gustarsi la cena. Un'emozionante escursione al crepuscolo, camminando nei boschi a stretto contatto con la natura. Dopo cena discesa con impianto a Fai della Paganella e rientro in autobus privato ad Andalo.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

Che cosa portare: uno zainetto con acqua o termos con bevanda calda, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking, guanti e berretto, maglietta di ricambio.

Difficoltà: Per persone abituate alle facili escursioni, 6 km. Di sviluppo con saliscendi. Ragazzi dai 10 anni. **Consumo calorico:** 300 - 350 calorie.

Costi: € 38,00. **La proposta include :** Trasporti (pullman e discesa versante Fai della Paganella) Cena Menù à la Carte, acqua e vini selezionati dalla cantina Trento DOC. **Non include:** risalita impianto Andalo/Dosson, noleggio ciaspole € 5.

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innnevamento artificiale delle piste.



“RACCONTAMI UNA STORIA” - Activity Kids Storie e leggende nel bosco . dalle 16:30 alle 18:00 al parco di Andalo - Centro fondo.
Dall' 11 gennaio in poi. Kids5+

Le leggende e le storie dei folletti dei boschi e di Re Laurino raccontate in una passeggiata nella natura, per rientrare con le pile frontali al buio.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Centro sportivo di Andalo ufficio Centro fondo, campo da calcio
Che cosa portare: scarponcini da trekking o scarponi da sci, dopo sci, guanti e berretto.

Difficoltà: Bambini 5/12 anni. **Costi:** € 5.00, noleggio materiali didattici.

SABATO

Andalo h. 10,00 / 16,00 – CIASPOLE IN QUOTA sulla cima della Paganella 2125 m. ,traversata da sud a nord family 10+

Escursione in quota con gli impianti di risalita per poi raggiungere con le ciaspole la cima della Paganella, 2125 m. Lungo un percorso panoramico e selvaggio. Escursione da non perdere!

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

Che cosa portare: uno zainetto con acqua, snack o piccola merenda, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto, maglietta di ricambio, termos con bevanda calda.

Difficoltà: Per persone abituate alle camminate. 5 km.di sviluppo con 300 m. Di dislivello in salita. Ragazzi dai 12 anni

Consumo calorico: oltre 600 calorie.

Costi: noleggio racchette da neve € 5,00, impianti di risalita

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innnevamento artificiale delle piste.

DOMENICA



Andalo h. 10,00 / 13,00 – **CIASPOLE IN QUOTA** escursione con le Racchette da neve in quota in Paganella.
family8+

Camminare fuori dai sentieri battuti con le ciaspole è una bellissima attività outdoor alla portata di tutti. Un'occasione per apprezzare la natura e la montagna d'inverno con panorami unici sulle Dolomiti di Brenta.

Iscrizione: prenotazione obbligatoria entro le h 17,00 del giorno precedente l'attività presso la reception dell'albergo.

Appuntamento: Ufficio Activity/Scuola di sci Dolomiti in centro paese, di fronte alla Telecabina in via Paganella 3/a.

Che cosa portare: uno zainetto con acqua, snack, scarponcini da trekking o dopo sci, guanti e berretto.

Difficoltà: Facile per tutti. 5 km.di sviluppo con salite di montagna. Bambini daigli 8 anni. Bambini piccoli nello zainetto.

Consumo calorico: 300 – 400 calorie.

Costi: noleggio racchette da neve € 5,00 più il biglietto per l'impianto di risalita.

Attività garantite in caso di mancanza di neve le escursioni e passeggiate con le ciaspole saranno effettuate come normali escursioni di Trek con stessi punti di ritrovo e orari. Garantiti saranno anche lo sci alpinismo e il campo arava sfruttando l'innevamento artificiale delle piste.