**Mezi skialpinismem, freeridem, drytoolingem a létáním nad zasněženou krajinou**

**BÍLÉ DOBRODRUŽSTVÍ MEZI SNĚHEM, LEDEM A VZDUCHEM**

**V zimním prostředí můžete zažít opravdu neobvyklé a vzrušující zážitky v kontaktu s přírodou: a prozkoumat region ze zcela nové perspektivy**

Jakmile vyzkoušíte **skialpinismus**, pocity a emoce z pobytu v přírodě se umocní v často těžkém, ale také působivém vysokohorském prostředí. Zvláště když z vás na konci stoupání vytryskne nepotlačitelná radost z nadcházejícího sjezdu v čerstvém prašanu. Abyste to všechno zažili, je nutná adekvátní fyzická příprava, ale ještě důležitější je dobrá znalost zimního prostředí vysokých hor, technik a postupů záchrany, abyste bezpečně zvládli program skialpinistického výletu. V případě pochybností se můžete vždy spolehnout na alpské průvodce.

Skialpinismus, spolu se sněžnicemi a také lezením na ledovcích, je středobodem programu **Let‘s Dolomites,** který vymysleli alpští průvodci z Trentina: série „dobrodružných“ zážitků v kontaktu s přírodou, výběr mezi jednodenními výlety nebo opravdovými několikadenními treky od chaty k chatě se sněžnicemi nebo skialpy. <https://www.visittrentino.info/it/articoli/outdoor/let-s-dolomites>

**Dokonce i v noci**

V oblasti **Madonna di Campiglio** je každé pondělí a čtvrtek od 18 do 21 hodin k dispozici vyhrazená trať, kterou je třeba zdolat bezpečně a v souladu s pravidly. Trasa „**Skialp track by night**“, která začíná od lokality Fortini a prochází kolem restaurace Rifugio Boch až k restauraci Rifugio Graffer, přičemž překonává výškový rozdíl 620 m a vzdálenost 6,55 km za 2 hodiny. Občerstvení na trase zůstávají otevřená, aby se v nich večerní turisté mohli posilnit. V Campiglio si navíc vždy můžete vyzkoušet zážitek ze skialpinismu při západu slunce. K dispozici jsou 4 termíny (čtvrtek 3. a 17. února, sobota 12. a 26. února) na **Sunset skialp**, skialpinistická exkurze s průvodcem při západu slunce. Jakmile dorazíte do restaurace, posilníte se výživnou svačinou a poté si užijete noční sjezd po vyhrazené trati. Informace: [www.campigliodolomiti.it/topexperience](http://www.campigliodolomiti.it/topexperience)

V oblasti **Paganella** můžete vyrazit hned několikrát týdně, a to jak z vesnice Fai della Paganella, tak i z vesnice Andalo. Z parkoviště v oblasti Santel ve vesničce Fai della Paganella se vyráží po sjezdovce La Rocca a části sjezdovky Dosso Larici až ke stejnojmenné restauraci v pondělí a ve čtvrtek večer, od zavírací doby vleků do 21.00. Z vesnice Andalo naopak můžete jít prvních 500 m po sjezdovce obráceně a následně odbočit na sjezdovku Olimpionica I do restaurace Dosson v úterý a v pátek večer od 19.30 do 22:30. Během dne se můžete vydat na trasu Tre-Tre, vytvořenou v oblasti historické sjezdovky, na které v padesátých letech minulého století soutěžil a vítězil Zeno Colò. Dnes je tato trasa zcela věnovaná skialpinistům a sněžnicím a vede ze Santelu do Selletty.

**Freeride, volně dostupné bílé trasy**

Naprostá volnost na sněhu, chuť zanechat vlastní stopu na svazích, ale zodpovědně a s rozumem: to je podstata zážitku z **freeride**. Jakmile vyjedete ze zajetých kolejí, dosáhne kontakt s přírodou maxima a ticho čerstvého a prašného sněhu přeruší pouze šustění vašich vlastních lyží. Předpoklady pro praktikování této disciplíny jsou adekvátní psychofyzická a horolezecká příprava, solidní znalosti o sněhu a schopnost orientace v zasněženém terénu, umění správně interpretovat lavinové nebezpečí, adekvátní výbava a zejména lopata a sonda vždy v batohu. V Trentinu najdete jedny z nejzajímavějších míst na lyžování v čerstvém sněhu. Skutečným hlavním městem freeridu v Dolomitech je **San Martino di Castrozza**. V tomto ráji prašanu si své trasy vyjezdili největší freeridové hvězdy na světě. Mezi trasy doporučované místními horskými vůdci patří **Boschetto Tognola**, snadný svah, který zvládne téměř každý a který díky variabilitě sjezdovek nabízí mnoho možností; **Val Cigolera** je pro ty, kteří milují zábavu, ale ne příliš náročné sjezdy, zatímco **Rosetta** je vyhrazen pro zkušenější sjezdaře, kteří hledají opravdu silné zážitky. Pale di San Martino je divoké a nepředvídatelné místo, kde snadno najdete nádherné sněhové podmínky. Jakmile vyjedete nahoru lanovkami Colverde-Rosetta, můžete začít sjíždět po jasně viditelném a variabilním svahu pod lanovkou a sjezd pak zakončíte u restaurace Colverdeho a poté okamžitě vyrazíte znovu lanovku, připraveni nakreslit nové oblouky na tomto fantastickém svahu. Projekt **#weridesafe** se zrodil v obci San Martino. Jeho cílem je bezpečný zážitek z freeridu a označuje proto oblasti mimo sjezdovku, kde si lze bezpečně užít vzrušení z prašanu.

Na **Col Margherita**, nad Passo San Pellegrino ve Val di Fassa, kam se dá snadno dostat lanovkou, je první „Freeride Park“ v Trentinu, nad kterým bdí kvalifikovaný personál. Mezi nejzajímavější sjezdy patří také některé klasické svahy v **Gruppo del Sella** ve Val di Fassa, například Val Lasties a Val Mesdì.

**Passo del Tonale** láká vyznavače freeride z celé Evropy díky své lokalitě, nadmořské výšce a morfologii terénu. Zde se nachází „Sgualdrina“, jedna z nejlepších sjezdovek v této lyžařské oblasti mezi Lombardií a Trentinem. Je snadno dostupná lanovkou Presena, stačí jen vystoupit na mezizastávce nebo, pokud chcete, až nahoře, pár metrů od Cima Presena. Trasa mimo sjezdovku prochází horní částí Val Presena a sestupuje údolím, které vede až ke stejnojmennému jezeru. Také „Il Cantiere“, „il Canale del Diavolo“ nebo „Canale del Dito“ patří k nejoblíbenějším sjezdům. Všechny jsou snadno dostupné lanovkou a krátkým přechodem, který lze absolvovat s pomocí stoupacích pásů.

**Nahoře, dole a v ledu**

V zimě nejsou ledovce zajímavé jen na pohled a na fotku. Na tyto křišťálové stěny lze s dobrou výbavou dokonce i vylézt. **Val Daone**, se zhruba stovkou prozkoumaných „ledových cest“ a se sugestivními názvy jako „Královna jezera“, „Excalibur“, „Sen velkého Skota“, představuje v tomto smyslu nepřehlédnutelnou destinaci, místní „malou Kanadu“. Právě to čeká nadšence při výstupech všech obtížností. Ve **Val Rendena** v oblasti Pinzolo můžete vylézt na velkolepé vodopády Nardis ve Val Genova a Vallesinella. Dalšími cíli pro specialisty na lezení po ledu jsou vodopády Circo di Redont ve **Val Breguzzo**, nad chatou Trivena, a **Val Noana** v Primieru, kde je vynikající terén pro začátečníky. Ve **Val di Rabbi** vám horští vůdci z Ursus Adventures představí tuto fascinující specialitu na slavných vodopádech, které tvoří Rio Valorz.

Ale v Trentinu se v zimě můžete pohybovat také „pod“ ledem: například v **jezeře Lavarone** na Alpe Cimbra, kde v únoru probíhá potápění pod ledem, který pokrývá toto alpské jezero. Protagonisté jsou profesionální potápěči, někteří z nich ze speciálních jednotek, které se zabývají potápěním a testy zaměřenými na zvýšení zkušeností, testování nových materiálů, to vše v naprosto bezpečném prostředí.

Pro zkušené potápěče je tu únorová akce potápění pod ledem v **jezeře Serraia** na náhorní plošině Pinè. Program zahrnuje dvoudenní trénink pod dohledem instruktorů skupiny Archeo Sub v Trentu, kde se naučíte praxi řízeného potápění pod ledem na jeden nádech a s kyslíkovou bombou.

**Zimní lety s tandemovým padákovým kluzákem**

Pozvolné klouzání nad zasněženými lesy, sjezdovkami a horskými chatami. Za jasného dne můžete obdivovat kouzelnou scenérii Dolomit ze skutečně jedinečné perspektivy. **Tandemový paragliding** v zimě je opravdu mimořádný zážitek, který zaručuje intenzivní emoce a rozproudí adrenalin po celém těle. Instruktor, ke kterému jste připoutáni, vám krok za krokem vysvětlí všechny potřebné kroky od okamžiku vzletu až po přistání, pro skutečně jedinečný let v maximálním bezpečí. Je to zážitek, který může vyzkoušet každý, od 8 do 80 let, protože na něj nepotřebujete žádný zvláštní trénink ani fyzickou přípravu, stačí vám zvědavost prožívat nové zážitky a dobrodružný duch. A po náležitém zhodnocení je tato aktivita dostupná i lidem s postižením. Zkušenější budou moci startovat a přistávat s nasazenými lyžemi. Vyšší boty nebo sněhule a běžné oblečení na sníh zaručují dostatečnou ochranu před ledovým vzduchem. **Na náhorní plošině Paganella** nabízejí zážitek „sněžného orla“ instruktoři školy I fly tandem po celou zimní sezónu ([www.iflytandem.it](http://www.iflytandem.it) – +39 339 1669777). Odborníci s příslušnou licencí k létání mohou vzlétnout z **Cima della Paganella** a přistát na břehu jezera Molveno.

<https://www.visitdolomitipaganella.it/it/esperienze-volare-in-parapendio-dinverno>

Ve Val di Sole můžete zase kontaktovat společnost Ursus Adventures pro lety přes pohoří Brenta: [www.ursusadventures.it](http://www.ursusadventures.it)

**V San Martino di Castrozza** můžete den na svazích zakončit paraglidingem dolů do údolí s lyžemi na nohou, nebo bez nich ne. Vzlétnout při západu slunce z Punta Ces nebo Cima Tognola a Cima Rosetta a letět nad lyžařským areálem Dolomit (informace a rezervace: 340 5208359 – [primierodolomitifly@gmail.com﻿](https://www.sanmartino.com/it/oltre-lo-sci/primierodolomitifly@gmail.com﻿))