**BETOVEREND WANDELEN TIJDENS JE ‘FITCATION’ IN DE DOLOMIETEN VAN TRENTINO**

**Steeds meer mensen kiezen tegenwoordig voor een ‘fitcation’. Actief bezig zijn en fit blijven op vakantie. Met 5000 kilometer aan wandelpaden in wilde valleien en indrukwekkende bergen en een netwerk van berghutten voor ontspanning is de Italiaanse regio Trentino komende zomer de perfecte ‘fitcation’ bestemming.**

De website Dutchflyguys noemde begin 2018 de ‘fitcation’ ofwel sportvakantie een van de trends van dit jaar. Tijdens vakantie sporten combineren met ontspanning waardoor dat extra wijntje einde van de dag geen probleem hoeft te zijn en je de hele dag genoeg energie hebt om de bestemming te ontdekken.

**Wandelparadijs**

Met meer dan 5000 kilometer aan goede verzorgde en duidelijk aangegeven wandelpaden van alle niveaus, is Trentino een favoriet onder wandelenthousiastelingen.

De Dolomiti Brenta Trek biedt bijvoorbeeld twee alternatieve rondwandelingen in het hart van het Adamello Brenta Nature Park. De ‘Country’ route is speciaal voor mensen die naast natuur ook cultuur te voet willen ontdekken. Deze start in Madonna di Campiglio en volgt de ‘San Vili’ route, een oude Romeinse route, waarbij je uitkomt in Valle dello Sporeggio en Val di Tovel. De ‘Expert’ route is gericht op meer ervaren wandelaars en bestaat uit elf delen met een hoogteverschil tot 8200 meter en is 96 kilometer lang.

Andere spectaculaire routes zijn de Pala Ronda en de Dolomiti Panorama. Deze laatste verbindt Val di Fassa met Val di Fiemme en het gebied San Martino di Castrozza, één van de meest iconische gebieden van de Dolomieten.

Om de magie van de bergen echt goed te ontdekken bestaat, zowel in zomer als winter, het Let’s Dolomites programma onder leiding van alpine gidsen uit Trentino. Dit zijn tours van 3 tot 6 dagen waarbij overnacht wordt in berghutten. In de winterperiode zijn er activiteiten zoals skischoen wandelen en klimmen door de sneeuw en over ijs.

**Alpine hutten voor een authentieke bergervaring**

Rondom Trentino bevinden zich meer dan 146 alpine hutten waar wandelaars terecht kunnen voor eten en drinken of om te overnachten tijdens meerdaagse tochten. Veel hutten zijn ook bereikbaar met een korte wandeling zodat je lokale specialiteiten kunt proeven in een familiaire sfeer. Je kunt ook deelnemen aan georganiseerde wandelingen met gidsen die veel kennis hebben van de omgeving en het erfgoed. Zo kom je veel te weten over de eeuwenoude natuur en cultuur van deze plekken vol met geschiedenis.

**Via Ferrate, ervaar de spanning van het nietige**

De bergen in Trentino staan ook bekend om de talrijke spectaculaire ‘via ferrate’ (klettersteigen) routes. Dankzij metalen kabels, treden en ladders bereik je de piek van een berg zonder dat je een traditionele berguitrusting nodig hebt. Aangepaste routes kunnen veilig worden gevolgd met de juiste uitrusting (harnas, handschoenen, helm en een speciale ferrate kit) en wanneer je in goede conditie bent. Je kunt ook de hulp inschakelen van een alpine gids. Ze zijn beschikbaar voor een korte cursus of een meerdaagse tocht. De pieken van Trentino bieden ferrate mogelijkheden van alle niveaus.

Een van de bekendste is de Via delle Bocchette in het Adamello Brenta natuurpark: de naam bochette komt van de vele bochten tussen de pieken, karakteristiek voor de Brenta Dolomieten, en wordt vergezeld van vele richels. De Sentiero Attrezzato Dino Buzzati biedt prachtige vergezichten op de Pala bergketen ontstaan uit koraal en is een van de mooiste in de Dolomieten. Hier vind je ook de uitdagende Ferrata Bolver Luigi. In Val di Fassa is ook een enorm aanbod: van het pittoreske Sentiero Bepi Zac, een aangepaste route tussen grotten.

Bekijk alle wandelmogelijkheden om komende zomer fit te blijven in Trentino op <https://www.visittrentino.info/nl/vakantie-ideeen/wandelen-en-trekken>