**GÓRY LATEM – NIEZAPOMNIANE DOŚWIADCZENIE DLA CAŁEJ RODZINY**

**LATO NA GOSPODARSTWIE**

Aby w pełni cieszyć się rodzinnym wypoczynkiem w rytmie natury oraz tradycyjną góralską gościnnością, najlepiej zdecydować się na pobyt w jednym z ośrodków agroturystycznych w Trentino, biorącym udział w programie “**Fattoria didattica**” („gospodarstwo dydaktyczne”). Taki pobyt to atrakcje dla całej rodziny, doświadczenie prawdziwego wiejskiego życia i wytwarzanie w najmłodszych wrażliwości na naturę. Uczestnictwo w różnych zajęciach, na przykład w przygotowywaniu jogurtu oraz sera typu ricotta czy warsztatach obróbki filcu, pozwala na doświadczenie z bliska cyklicznego rytmu przyrody i zapoznanie się z życiem w alpejskim gospodarstwie. A po pracowitym dniu rozkoszować się można przytulną, wiejską, wręcz rodzinną gościną oraz chłonąć emocje pozornie prostego, ale jakże bogatego, wiejskiego życia. Z dala od zgiełku miasta, taki wypoczynek to także odkrycie prostoty i symbiozy z naturą. Oto parę propozycji ośrodków agroturystycznych w Trentino.

Wybór jest duży, jednak na rodzinne wakacje godnym polecenia jest **Maso "Pertener"**, znajdujący się zaraz obok parku Parco Naturale Adamello Brenta, wśród lasów, zieleni łąk oraz pastwisk. To idealne miejsce, żeby zapoznać się z tradycjami i zwyczajami tutejszej ludności, żeby zakosztować wiejskiego życia, biorąc udział w pracach na gospodarstwie oraz rozkoszując się owocami, które daje ziemia uprawiana zgodnie z certyfikowanymi metodami gospodarstwa ekologicznego.

Szczera gościnność, wspaniała kuchnia, ser Casolet wyrabiany ze świeżego mleka pochodzącego z agroturystyki, ser ricotta, jabłka i ich przetwory – oto skarby ośrodka agroturystycznego **Agritur Solasna**, w San Giacomo w Val di Sole. Plac zabaw oraz basen dla najmłodszych to dopełnienie bogatego programu warsztatów oraz spotkań, takich jak "Scuola delle Contadine" (*szkoła gospodyń*), które zagwarantują dzieciom świetną zabawę. Dla tych, którzy chcą pozostać w pobliżu Trydentu, na zboczach Vigolana znajduje się **agroturystyka La Val**, ośrodek dostosowany do rodzin, który oferuje gościnę i prostotę oraz niezakłócony kontakt z naturą. Jedyne, co przerywa przyjemną ciszę to odgłosy oślicy o imieniu Gina. Własnoręcznie zebranymi warzywami i owocami zajadać można się przy wspólnym stole w ciepłej atmosferze.

**OUTDOOROWE ATRAKCJE DLA MAŁYCH SUPERBOHATERÓW**

Tym razem nie chodzi o sporą dawkę adrenaliny, tylko o spełnienie marzeń: wreszcie możesz latać! Wyobraź sobie, że unosisz się w powietrzu, a pod sobą widzisz błękitną taflę wody jeziora **Molveno**, naprzeciwko zaś szczyty Dolomitów Brenta, niczym mury gigantycznych zamków. Kto pragnie poczuć się orłem przez jeden dzień, na płaskowyżu Paganella można wypróbować **paralotni dla dzieci!** Warunkiem jest skończone 8 lat.

Dla tych, którzy nie mają lęków wysokości, wspaniałym przeżyciem będzie przejście przez most zawieszony nad przepaścią. To jedna z atrakcji trasy prowadzącej do wodospadu Ragaiolo w **Val di Sole**, gdzie znajduje się widowiskowy **most tybetański**, o długości ponad 100 metrów, zawieszony ok. 60 metrów nad strumieniem. To wspaniałe miejsce do podziwiania wyjątkowego naturalnego zjawiska. Trasa, gwarantująca dreszczyk emocji, odpowiednia jest zarówno dla ekspertów, młodzieży jak i rodzin z dziećmi. Po tak mocnych wrażeniach ochłonąć można w pobliskiej Malga Fratte.

Góry Giudicarie, a dokładniej dolina **Breguzzo**, zapraszają z kolei na inną ciekawą atrakcję! **Breg Adventure Park** to raj dla dzieci: wspinaczka po drzewach, próba sił na mostach tybetańskich czy zawieszonych pniach, ponadto szybowanie na kolejce linowej, a na koniec orientacja w terenie! Kto chciałby wziąć udział w interaktywnej grze, może stworzyć swoją super drużynę, składającą się z rodziców, przyjaciół, kuzynów bądź przyjaciół. W tym celu należy odebrać sprzęt DIFR w punkcie informacyjnym na górze wyciągu kabinowego Predazzo-Gardonè, następnie po pokonaniu siedmiu prób można uzyskać odznaczenie "Master of Rescue". **Difr Academy** zaprasza wszystkich na łąki i szlaki w **Val di Fiemme**, przemienione w tajemniczą ziemię smoków, obfitującą w przygody i specjalne misje, których celem jest zdobycie smoczych jaj.

W **Canyon Rio Sass w Val di Non** główną rolę odgrywa woda. Wartki potok Rio Sass przez tysiąclecia żłobił przylegającą skałę, tworząc w ten sposób zadziwiające naturalne zjawisko. Tę pełną przygód trasę, składającą się z zawieszonych nad potokiem schodów i specjalnych przejść, można pokonać razem z dziećmi. Każdy członek wyprawy musi być obowiązkowo wyposażony w kask oraz płaszcz przeciwdeszczowy. W labiryncie zakrętów przyroda ukazuje swoje fascynujące oblicze, a zwiedzających zadziwią czerwone i zielone algi, mchy oraz paprocie.

**SPACER RÓWNIEŻ Z WÓZKIEM**

Wiele tras w Trentino wyróżnia się nieznacznym nachyleniem terenu, dzięki czemu spacer z wózkiem staje się tu czystą przyjemnością. Ponadto liczne szlaki tematyczne to gratka dla całej rodziny – legendy i bohaterowie Dolomitów z pewnością pobudzą fantazję najmłodszych. Najlepszym ukoronowaniem przygody na szlaku będzie dotarcie do schroniska bądź górskiej chaty i rozkoszowanie się tutejszymi smakołykami w spokojnej i przyjaznej atmosferze.

**San Martino di Castrozza – Primiero:** pierścień **"Muse Fedaie"** w **Val Canali**, to łatwa trasa, pozwalająca na poznanie jednej z najpiękniejszych dolomickich dolin. Szlak wyruszający z malowniczej Villa Welsperg, położonej w Parco Naturale Paneveggio Pale di S. Martino, to doświadczenie ścisłego kontaktu z naturą oraz odkrywanie bogatej bioróżnorodności.

**Rovereto i dolina Vallagarina**: u stóp **Monte Baldo** rozciąga się kilometrowa polna ścieżka, po której spacerować można z wózkiem z dużymi kołami. Trasa rozpoczyna się w San Giacomo, prowadzi przez piękne łąki, aż do agroturystyki **Malga Mortigola**, gdzie podziwiać można zwierzęta na pastwiskach, gospodarstwo dydaktyczne, stajnię, mleczarnię i przede wszystkim można smacznie zjeść.

**Val Rendena**: schronisko Malga Ritorto: naturalny „taras widokowy” na Dolomiti di Brenta i Val Rendena. Kto pragnie odkryć park **Parco Naturale Adamello Brenta**, może skusić się na spacer nieopodal **Madonna di Campiglio**. Samochód najwygodniej zostawić w Patascoss, skąd piechotą (20 minut) bądź kolejką dotrzeć można do schroniska **Malga Ritorto**. Najmłodsi będą mieli okazję zobaczyć z bliska krowy oraz inne zwierzęta.

**TRASY TEMATYCZNE**

**Il Sentiero Cimbro dell'Immaginario** (Nå in tritt von Sambinélo) to trasa prowadząca przez lasy i łąki Luserny, inspirowana legendami oraz bohaterami ludowych bajek, takimi jak Frau Pertega i Tüsele Marüsele. Pierścień o długości około 7 kilometrów, do przejścia w ciągu około dwóch godzin. Wśród rzeźb lokalnych artystów oraz objaśnień legend znajdujących się w różnych punktach na trasie, które pozwalają poznać wiekowe ludowe tradycje. Drewniane figurki oraz ilustrowane tablice rozsiane są na całej długości trasy, w otoczeniu natury, lasów, łąk oraz krajobrazów doliny Val d'Astico. Trasa rozpoczyna się na głównym placu naprzeciwko Kamouhaus vo Lusérn – Ratusza Luserny (wysokość 1.333 m n.p.m.) i jest dostosowana do wymagań i możliwości rodzin (długość 6,6 km, czas: 2 godz. 40 min., podejście 186 m).

Bajeczną wycieczką jest także podążanie wyjątkową trasą “Jouf de Sent’Ujana”, zwaną także “**Sentiero delle Meraviglie**” (*trasą cudów*), w Val di Fassa. To przyjemna przechadzka odpowiednia dla wszystkich, rozciągająca się na długości około 2 kilometrów. Spotykane na trasie miejsca kultu prastarej kultury ladyńskiej skłaniają do refleksji o związku człowieka z przyrodą. Jednym z takich miejsc jest ważny dla całej lokalnej społeczności kościół Świętej Juliany w Vigo di Fassa.

Ostatnia propozycja to **Family Dolomiti Natural Wellness**, w samym sercu parku **Parco Naturale Adamello Brenta**. To trasa odpowiednia dla wszystkich, która skłania do powolnego spaceru, w niektórych momentach również boso, ponieważ powolny ruch i nieco obniżone tętno pozwalają zanurzyć się w relaksującej atmosferze, odnaleźć połączenie z naturą oraz energię pochodzącą z drzew. Medytacja w otoczeniu przyrody, oddech i wsłuchiwanie się w odgłosy gwarantują dobroczynny wpływ na nasz ogranizm. Idealne miejsce dla rodzin, gdyż spaceruje się niemal cały czas po płaskim terenie. Latem na terytorium Madonna di Campiglio, Pinzolo i ogólnie całej doliny **Val Rendena** proponowanych jest8 zdrowotnych tras łączących ciekawe ćwiczenia, np.bare footing, natural kneipp, obejmowanie drzew, natural walking, które wykonywać można samodzielnie dzięki zamieszczonym wskazówkom na tablicach informacyjnych.