**Doskonała infrastruktura sportowa i wyjątkowa sceneria dla miłośników sportów outdoorowych**

**TRENTINO, WIELKIE SPORTOWE BOISKO**

**Rzeki, jeziora i góry Trentino stanowią doskonałe, naturalne środowisko do aktywnego wypoczynku. Amatorzy sportów wodnych mogą uprawiać żeglarstwo, windsurfing, wędkarstwo i rafting. Na miłośników rowerów czeka ponad 400 km doskonale przygotowanych i oznakowanych ścieżek oraz górskich szlaków. Prawdziwym rajem dla osób uprawiających, zarówno letnie jak i zimowe sporty, są góry. Trekking, mountaineering, narciarstwo, wspinaczka lub paragliding – wszystkie z wymienionych atrakcji czekają na Państwa w Trentino, jednym z najpiękniejszych zakątków Włoch.**

Łagodny klimat i liczne jeziora sprawiają, że Trentino to wymarzone wręcz miejsce do uprawiania sportów wodnych. **Żeglarstwo** i **windsurfing** uprawiać można niemal przez cały rok. W północnej części Gardy, największego jeziora we Włoszech, odbywają się liczne regaty i międzynarodowe zawody. Na całym jeziorze obowiązuje zakaz korzystania z łodzi motorowych, tak więc żeglując lub wiosłując **kajakiem** można delektować się ciszą i przepięknymi widokami na okoliczne góry oraz zabudowania pobliskich, historycznych miasteczek, takich jak np. Torbole. Wspomniana wioska określona została przez Goethe’go jako cud natury – charakterystyczne domki tworzą tu amfiteatr, z którego roztacza się przepiękny widok na Gardę. W pobliżu znajdują się liczne szkółki żeglarskie oferujące kursy na różnym poziomie zaawansowania. Lekcje pobierać również można na innych jeziorach, takich jak Lago di Ledro (idealny akwen dla początkujących) lub Lago di Caldonzzo, akwenie znajdującym się kilkanaście minut jazdy samochodem od Trento. Fantastycznym doświadczeniem będzie także uprawianie windsurfingu na jeziorze Lago di Molveno położonym na wysokości 864 m n.p.m.

Równie atrakcyjne jest uprawianie sportów outdoorowych na rzekach i górskich potokach Trentino. Zachęcamy do odwiedzenia **kajakiem** przepięknych kanionów Rio Novella prowadzących w dół, aż do jeziora Santa Giustina. W tym miejscu warto skorzystać z krótkiego instruktarzu przewodnika z centrum „X Raft” i dalej udać się na 10-kilometrowy spływ. Bezpośredni kontakt z naturą, rwące wody rzeki oraz przepiękne krajobrazy sprawiają, że serce zabije szybciej. Szukacie większych przygód? Polecamy wybrać się do Val di Sole, gdzie na rwących wodach rzeki Noce organizowane są raftingi. Warto wspomnieć, że w Trentino znajdują się jedne z najlepszych na świecie centra raftingowe (*National Geografic* zaliczył rzekę Noce do jednej z dziesięciu najlepszych do uprawiania raftingu).

Co więcej, w wielu miejscach spróbować można canyoningu polegającego na przemieszczaniu się z pomocą lin wąskimi wąwozami i kanionami. To dość wymagający sport zważywszy na fakt, że łączy w sobie sporty wodne i wspinaczkę.

W Trentino znajduje się również ponad 350 łowisk, na których – w przyjazny dla środowiska sposób – można wędkować. Ryby łowi się w krystalicznie czystych wodach jezior i rzek delektując się ciszą i piękną, nieskażoną cywilizacją naturą. Najpopularniejszymi gatunkami występującymi w tutejszych wodach ryb są pstrągi i palie.

W ramach oferty organizacji Trentino Fishing można nabyć dzienne licencje, zarezerwować pobyt w pobliskich domkach lub apartamentach oraz uzyskać informacje na temat miejsc, gdzie łowi się zgodnie z zasadą „no kill” (wszystkie złowione ryby należy wypuszczać na wolność). Istnieje również możliwość skorzystania z pomocy przewodnika, który wskaże najlepsze łowiska.

Jeżeli jednak po gruncie wolicie stąpać suchą stopą, polecamy wybrać rower – idealny środek lokomocji, na którym w ekologiczny sposób zwiedzicie Trentino. Dzięki obejmującej ponad 400 km **sieci ścieżek rowerowych**, każdy, bez względu na kondycję i umiejętności odbyć może przejażdżkę przez malownicze okolice. Bardziej zaawansowanych rowerzystów zachęcamy do zmierzenia się z jednym z 23 podjazdów, na których trenują i rywalizują najlepsi kolarze. Ponadto, korzystając z **roweru górskiego** zwiedzimy najpiękniejsze, nieco mniej dostępne zakątki Trentino. Zimą polecamy wypożyczyć **fat bike’a**, który – dzięki grubym oponom – łatwo porusza się po śniegu.

Doskonałe warunki do aktywnego wypoczynki i uprawiania przeróżnych sportów outdoorowych znajdziemy w górach Trentino. Najbardziej popularny jest oczywiście **trekking.** Korzystając z ponad 5 tys. doskonale oznakowanych tras wijących się wśród pastwisk, lasów i alpejskich jezior dotrzemy na słynne szczyty Dolomitów. „Blade Góry” są też prawdziwym rajem dla miłośników **mountaineeringu** – sportu, dzięki któremu, z większej wysokości, podziwiać można górskie krajobrazy delektując się niezmąconą niczym ciszą. Wieczorem zapraszamy do górskiej chaty…

Wielkie atrakcje czekają w Trentino na miłośników **sportów zimowych** – doskonale przygotowane trasy oraz szybkie i nowoczesne wyciągi sprawiają, że uprawianie narciarstwa zjazdowego, klasycznego lub tobogganingu jest czystą frajdą. A może preferujecie narciarstwo z dala od wytyczonych tras? W Trentino to również możliwe. Na miłośników **ski-mountaineeringu** czekaja liczne skirouty, podążając którymi dotrzecie miejsca usytuowane z dala od gwarnych nartostrad. Po trudach podejścia czeka wyjątkowa atrakcja – freeride w świeżym, lekkim puchu. Jeżeli czujecie, że Wasze umiejętności nie są wystarczające, zawsze skorzystać można z pomocy przewodnika górskiego.

Wraz z nadejściem wiosny, gdy śniegi topnieją, rozpoczyna się sezon na **wolną wspinaczkę.** W Trentino znajduje się całe mnóstwo ścian i szlaków wspinaczkowych przeznaczonych zarówno dla ekspertów, jak i początkujących. A gdy już zdobędziecie szczyt, zamiast wracać w dół, warto poszybować na **paralotni** podziwiając bajkowe krajobrazy.

*Tego lata miłośnicy wycieczek pieszych i rowerowych są proszeni o uważny wybór i planowanie szlaków. Fala wyjątkowo złej pogody, jaka uderzyła zeszłej jesieni w Region Trydentu, uszkodziła lasy, szczególnie w ich wschodniej części. Niezwłocznie podjęto działania w celu przywrócenia porządku w lasach i na szlakach, a prace te będą trwały przez całe wakacje, niemniej niektóre ze ścieżek mogą zostać zamknięte. W odpowiednich strefach zostaną umieszczone specjalne znaki, sygnalizujące tymczasowo zamknięte szlaki. Informacje na temat dostępności szlaków będą na bieżąco aktualizowane na stronie internetowej* [*www.visittrentino.info/mca*](http://www.visittrentino.info/mca)*, jak również będą one dostępne w lokalnych biurach Apt.*

Więcej informacji znajdą Państwo na stronie [www.visittrentino.info/en/experience/adventure-and-adrenaline](https://www.visittrentino.info/en/experience/adventure-and-adrenaline)