

Dettagli programma d'estate 2021

Lunedì - Corso di tecnica

Per potersi muovere sicuri sul proprio bike: dopo l'impostazione adeguata delle nostre bici, impariamo a frenare e cambiare marcia correttamente, la tecnica giusta per superare le curve su ghiaia e la posizione ideale per la salita e la discesa.

Esercizi per equilibrio e balance arricchiscono il nostro corso per scendere sicuri e con divertimento nella valle.

Martedì – Monte San Vigilio – 35 km – 1000 m dislivello

Partiamo con lo shuttle che ci porta a Pavicolo. Poi prendiamo la strada forestale fino alla chiesa San Vigilio per ammirare il panorama. Proseguiamo su un corto ma ripido passaggio fino al "Rauher Bühel" su 2000 metri per poi scendere alla malga di Naturno. Trails ci porteranno al laghetto "Schwarze Lacke" e infine a Lana.

Mercoledì – Val d'Ultimo - 30 km /1050 m di dislivello

Il nostro tour comincia con il percorso dei masi "Höfeweg" che ci porta all'ultimo paese della valle: S. Gertrude. Da lì saliamo su una strada ombreggiata fino al Lago die Fontana Bianca. Superiamo gli ultimi 100 metri di dislivello su una strada forestale per raggiungere la malga "Fiechtalm" su 2013 m.

Dopo pranzo scendiamo su un flow trail e l'ultima parte del "Höfeweg" ci riporta al punto di partenza.

Giovedì – Media montagna - 35 km /850 m dislivello

Da Lana attraverso i frutteti a Gargazone dove sul "Moosweg" compiamo un dislivello di 300 metri e usciremo a Tesimo. Lì il sentiero naturalistico „Vorbichl“ diventerà il nostro terreno di gioco: troveremo diverse scorrenti ciclabili che ci piaceranno tanto. Dopo una piccola pausa raggiungeremo la nostra destinazione finale giornaliera: San Hippolyt. Ci godremo un panorama mozzafiato...

Venerdì – 3 malghe Monzoccolo - 30 km / 950 m di dislivello

Il nostro bus ci porta fino ad Avelengo da dove partiamo sul „Knottnkino“, un „cinema naturalistico“ dove il panorama svolge il ruolo principale. Poi passiamo la malga Leadner e proseguiamo per la malga di Verano dove pranziamo. Prima di tornare al nostro punto di partenza passiamo la malga „Wurzer“.