

2026

ITALIA, OGNI PASSO UNA STORIA

Non solo sentieri ma esperienze originali da condividere

DOLOMITI – VAL DI FASSA

ALLA SCOPERTA DEI “MONTI PALLIDI”: Natura, Trekking e Civiltà della Montagna



SPECIALE PERCHÈ

- Camminare tra le montagne più belle del mondo
- Panorami mozzafiato e ambiente incontaminato

AREE DI RILEVANZA NATURALISTICA

- Parco Naturale Sciliar – Catinaccio
- Tutte le Dolomiti sono patrimonio Mondiale dell’umanità UNESCO



Descrivere le Dolomiti in poche righe è impossibile, ma forse meglio di tutti lo fece Dino Buzzati: “...Avvicinatevi, vi prego, esaminare questo spettacolo che senza ombra di dubbio è una delle cose più belle, potenti e straordinarie di cui questo pianeta disponga (...). Sono pietre o sono nuvole? Sono vere oppure è un sogno?”



Le Dolomiti, patrimonio mondiale dell’Umanità dell’UNESCO, sono un vero paradiso naturale e spettacolo d’ambienti diversi. Tra tutte le montagne della catena alpina e del resto del mondo, esse sono uniche per bellezza e forma. Pareti imponenti, torri sveltanti, pinnacoli e guglie si stagliano verso il cielo, circondate da vasti boschi, prati e innumerevoli animali che abitano le valli. Una settimana di totale immersione nella natura delle Dolomiti per unire il trekking alla conoscenza di uno dei territori più affascinanti del mondo. Sei escursioni di

media difficoltà studiati ad hoc per bellezza e valore culturale, luoghi che sono teatro di antichi mestieri che qui ancora si celebrano. Questo viaggio è infatti pensato per essere un’esperienza a 360 gradi di vita di montagna in tutte le sue sfumature e dove i duri momenti di cammino in quota verranno ricompensati da panorami indimenticabili e momenti di svago e di relax.

Un’occasione dunque per allenare le gambe, l’anima e il cuore senza tralasciare la conoscenza dei prodotti enogastronomici del territorio. La vita nelle malghe e nei rifugi, i panorami mozzafiato, la fauna e i verdi sentieri dell’estate montana: sono solo alcuni degli ingredienti di un viaggio fatto di migliaia e migliaia di passi da condividere insieme!





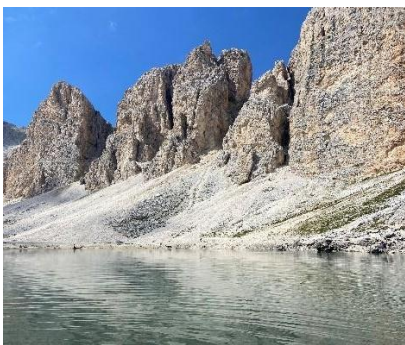
Vedute della Val di Fassa



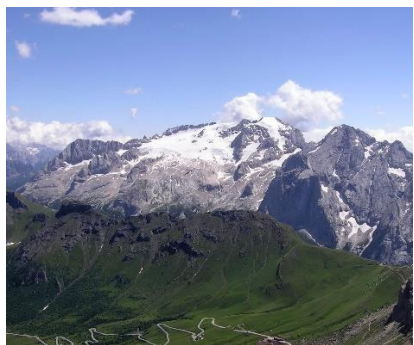
Canazei



Baita in Val di Fassa



Dolomiti della Val di Fassa



Ai piedi della Marmolada



Cascate basaltiche

Ti racconteremo la nostra Italia "insolita"

LA VAL DI FASSA NELLA GRANDE GUERRA

Allo scoppio della prima guerra mondiale la val di Fassa si trovò sulla linea del fronte italo-austriaco. Numerose sono le testimonianze del conflitto, come le trincee visitabili oggi attraverso itinerari turistici come la celebre ferrata delle Trincee. All'interno del ghiacciaio della Marmolada le truppe austroungariche scavarono addirittura un complesso sistema di gallerie, dotate di elettricità, telegrafo e riscaldamento, tale da meritarsi l'appellativo di "città di ghiaccio" (Eisstadt). Il passaggio, nel 1918, del Tirolo cisalpino al Regno d'Italia, segnò un'ulteriore diminuzione dell'autonomia e dell'identità storica della zona, con il frazionamento dell'area culturale ladina in diverse entità amministrative. A partire dal secondo dopoguerra, con l'istituzione della regione autonoma Trentino-Alto Adige, del comprensorio Ladino di Fassa, e la recente istituzione della "comunità di valle" l'identità locale fassana è nuovamente in fase di riconoscimento.

Cultura + emozione

Canazei fa parte, assieme a altri 18 comuni, di un'area molto particolare: la Ladinia Dolomitica, dove vive la minoranza di lingua ladina. A Canazei infatti, come nel resto della Val di Fassa e delle zone attorno al massiccio del Sella, si parla ladino e chi arriva non può non accorgersi della peculiarità della parlata e della cultura. Tracce infatti della sua esclusività e della sua storia antica si possono notare sin da subito sia nell'architettura sia ascoltando le conversazioni della gente del posto, o meglio ancora prendendo parte alla vita di paese e alle sue feste popolari.

Turismo lento e sostenibile

Canazei è un comune dell'Alta Val di Fassa che conta oggi 2.000 abitanti, incluso le numerose frazioni. Il nome Canazei (Cianacèi in lingua ladina), deriva dal termine latino "cannaceturum" ovvero canneto, luogo in cui crescono piante palustri probabilmente a testimonianza di una piana paludosa. La località è nota per il turismo invernale ed estivo, grazie alla sua vicinanza alla Marmolada e al Gruppo del Sella che offre incredibili panorami in qualsiasi stagione. Con i suoi 1.465 metri di altezza sul livello del mare rientra tra i trenta comuni italiani più "alti" ed è un punto di incrocio tra le strade che raggiungono i passi dolomitici: il passo Sella per la Val Gardena, il Passo Pordoi per Arabba, il passo di Fedaia per Alleghe. Gli abitanti di Canazei vengono chiamati "Pazedins" in riferimento alla pazeida un recipiente di legno usato per fare la pasta dei cajoncè, dei ravioli ripieni, un tempo uno dei piatti più gustosi e oggi pietanza tipica molto apprezzata

INFORMAZIONI GENERALI

QUANDO	Dal 20 al 27 giugno 2026 (8 giorni / 7 notti)
COME	Viaggio di gruppo con guida Four Seasons (min. 6 max. 15 partecipanti)
GUIDA	Riccardo Nifosì (iscritto nel Registro Italiano Guide Ambientali Escursionistiche) <i>Vuoi saperne di più sulla guida? Visita il nostro sito, sezione "Le nostre guide", o clicca QUI</i>
COSA FACCIAMO	Escursioni a piedi di difficoltà 🦶🦶🦶; visite ed escursioni ai centri storici, a rifugi, musei. <i>Le escursioni sono di media difficoltà, accessibili a tutti coloro dotati di un minimo di allenamento. Il fondo dei sentieri è scorrevole e turistico, per tale ragione le escursioni sono classificate come 3 zampe come difficoltà.</i> <i>Dettagli sulla scala di difficoltà sono riportati sul ns. catalogo, sul ns. sito o cliccando QUI</i>
DOVE DORMIAMO	Hotel 3*a Alba di Canazei (TN)
PASTI INCLUSI	Trattamento di pensione completa (con pranzi al sacco), dalla cena del primo giorno alla prima colazione dell'ultimo.
PASTI NON INCLUSI	Le bevande ai pasti
DIETE, ALLERGIE ED INTOLLERANZE	Al momento della prenotazione chiediamo di indicare eventuali allergie, intolleranze o diete specifiche, che sono comunque soggette a riconferma successiva da parte dell'Organizzatore.
COME SI RAGGIUNGE	<ul style="list-style-type: none"> • IN AUTO: da Trento o Bolzano SS241 per Alba di Canazei (TN) • IN TRENO: fino a Trento o Bolzano e poi <ul style="list-style-type: none"> - Da Trento Autostazione: BUS diretto per Alba di Canazei (TN) - Da Bolzano Autostazione: BUS via Vigo di Fassa per Alba di Canazei (TN) <p>Autobus Trentino Trasporti – Viaggiare in Val di Fassa</p>
DOCUMENTI	<ul style="list-style-type: none"> • Carta di Identità valido per tutta la durata del viaggio • Tessera sanitaria • Normative specifiche per i minori. Maggiori info su www.viaggiare Sicuri.it
TRASPORTI LOCALI	<ul style="list-style-type: none"> • Auto proprie o bus locali • Altri trasporti non inclusi: Impianto di Ciampedie, Impianto Col de Rossi, Navetta Val Duron
INIZIO E FINE DEL VIAGGIO	<p>Inizio viaggio: dalle ore 17:00 - appuntamento direttamente in hotel</p> <p>Fine viaggio: dopo la prima colazione</p>

PROGRAMMA DI VIAGGIO

1° GIORNO

ARRIVO E SISTEMAZIONE

Arrivo in hotel. Sistemazione in hotel. Briefing sui trekking della settimana. A seconda del tempo a disposizione, passeggiata nei dintorni.

Rientro in hotel per pernottamento.

NB Per regolamento internazionale le camere sono disponibili a partire dal primo pomeriggio. È facoltà dell'hotel assegnarle prima nel caso in cui fossero già disponibili e preparate.

2° GIORNO

PASSO SAN PELLEGRINO - Tra alpeggi e tradizione sulle tracce della grande guerra

Dopo colazione ci spostiamo in auto presso il parcheggio degli impianti di Passo San Pellegrino. Da qui un facile itinerario, perfetto per prendere confidenza con il paesaggio, ci conduce agli alpeggi di Fuciade, i più antichi, ora adattati alle esigenze del turismo escursionistico, ma comunque integri nelle loro funzioni e tradizioni. Proseguiamo per raggiungere l'affaccio verso la Forca Rossa, attraversando il confine con il Veneto a piedi. Il semi anello ci riporta al rifugio Fuciade dove è possibile pranzare.

Dopo pranzo un'altra breve escursione ci porterà sull'unica montagna di porfido sotto Cima Bocche, baluardo italiano durante la Prima guerra mondiale.

Rientro in hotel per cena e pernottamento.

Dislivello: 527m – Lunghezza: 13km – Durata: 5h – Difficoltà: 

3° GIORNO

VAL CONTRIN - Architetture Glaciali lungo l'Alta Via delle Dolomiti

Dal parcheggio degli impianti di Penia, prendiamo a piedi il sentiero forestale che serve l'altopiano glaciale della Val Contrin. Tornante dopo tornate si rivelano all'orizzonte dietro di noi le vette del Sella e del Sasso Lungo-Sasso Piatto. All'imbocco della valle la pendenza si fa dolce e ci permette di ammirare il paesaggio e complice il bel tempo le cime del Vernel che costituiscono il versante tridentino della Marmolada. Raggiunto il Rifugio Contrin siamo praticamente a metà strada. Riprendiamo la salita che porta al Rifugio di Passo San Nicolò.

Si può pranzare in rifugio e godere del panorama e del volo radente di corvi imperiali e gracchi, prima di tornare sui nostri passi giù nella valle.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Dislivello: 1100m – Lunghezza: 11km – Durata: 5:30h – Difficoltà: 

4° GIORNO

VAL DURON - dalle stalle alle stelle

L'escursione parte dal paese di Campitello di Fassa. Costeggiamo il torrente Duron fino alla valle percorrendo una decisa salita nel bosco. Giunti al Rifugio Micheluzzi possiamo fare una buona merenda con i migliori Kaiserschmarren della zona prima di iniziare la vera salita verso gli alpeggi del Sasso Piatto. Ogni passo ci porta a scoprire un pezzetto in più delle linee di cresta di Marmolada, Catinaccio e dell'Alpe di Tires. Una volta raggiunto il limite del bosco siamo in vista del massiccio del Sasso Piatto ed il sentiero perde pendenza, accompagnandoci dolcemente verso il Rifugio Sasso Piatto, luogo perfetto per una pausa pranzo.

Da qui ammiriamo l'Alpe di Siusi, l'altopiano più alto d'Europa, panorama che ci accompagna per un lungo tratto del resto dell'escursione che lungo la cresta della Val Duron raggiunge il valico dell'Alpe di Tires e le sorgenti del torrente. L'ultimo tratto del percorso è lungo la strada forestale della valle. Giunti al rifugio Micheluzzi, prendiamo le navette per tagliare il tratto di strada percorso la mattina.

Rientro in hotel e pernottamento.

Dislivello: 1150m – Lunghezza: 20km – Durata: 6:30h – Difficoltà: 

5° GIORNO**LA VALLE DEL VAJOLET**

Prendiamo l'impianto di Ciampedie a Vigo di Fassa per raggiungere il favoloso alpeggio e punto di partenza della nostra escursione. Raggiungiamo prima la località Gardecia attorniate da tutte le cime più famose di questo lato della Dolomiti. Raggiunto il rifugio Gardecia il sentiero comincia a farsi più brullo e roccioso ed entriamo nel cuore del Catinaccio il secondo gruppo dolomitico più grande dopo Puez. Le Torri del Vajolet e la cima d'Antermoia compaiono mentre continuiamo a salire. In base all'affollamento del sentiero possiamo decidere se raggiungere il rifugio Re Alberto sotto le Torri del Vajolet o il rifugio Passo del Principe sotto la cima d'Antermoia. Arrivati al rifugio ci fermiamo per il pranzo. Il ritorno è sul sentiero percorso la mattina.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Dislivello: 1000m – Lunghezza: 15km – Durata: 6h – Difficoltà: 

6° GIORNO**LA VIEL DEL PAN**

Utilizzando l'impianto di Penia raggiungiamo il bel vedere del Col de Rossi punto di partenza della Viel Del Pan, itinerario storico che veniva percorso dai mercanti veneti per commerciare e cambiare la farina con prodotti d'alpeggio. Il nostro primo obiettivo è il Lago Fedaia. Lungo tutto il percorso, esposto ma sicuro, avremo di fronte la regina delle Dolomiti. La Marmolada. L'ultimo ripido tratto in discesa ci conduce velocemente al rifugio Fedaia, ideale per una pausa pranzo. Ora percorriamo il sentiero che costeggia il fiume Avisio fino a raggiungere a piedi Penia passando dal caratteristico centro dello storico villaggio, tra i masi e le cascine.

Dislivello: 525m – Lunghezza: 13km – Durata: 5:30h – Difficoltà: 

7° GIORNO**IL LAGO D'ANTERMOIA**

Non si può andar via dalla Val di Fassa senza visitare il Lago d'Antermoia. Un'escursione lunga, ma spettacolare nel cuore del Catinaccio. Partiamo a piedi dal piccolo villaggio di Mazzin salendo a piedi verso la scoscesa Val de Udai. Dopo circa un'ora inizieremo a sentire il suono delle cascate di Soscorza. Da qui la salita si impenna dentro il bosco di cirmoli e abeti rossi. Continuando a costeggiare torrenti di scioglimento delle nevi e attraversando piccoli salti di roccia, arriviamo sull'altopiano della Val de Dona. Di fronte a noi la salita finale per il Catinaccio. Il lago ci aspetta a pochi passi dal Rifugio d'Antermoia. Tornando brevemente sui nostri passi, prendiamo la discesa lungo la Val del Dona, lunga ma semplice, che ci riporta a Mazzin.

Rientro in hotel, cena e pernottamento.

Dislivello: 1400m – Lunghezza: 15km – Durata: 5:30h – Difficoltà: 

8° GIORNO**PARTENZA**

Rilascio delle camere e rientro ai luoghi di provenienza.

Ci prepariamo ai saluti e... Arrivederci al prossimo viaggio!

NB Per regolamento internazionale le camere vanno liberate la mattina. È facoltà dell'hotel consentirne l'uso fino al pomeriggio previa disponibilità e con possibile supplemento "day use".

ABBIGLIAMENTO E ATTREZZATURA obbligatori... Scarponi da trekking, pile o maglione per le giornate più fresche, giacca antipioggia ("hard shell") o mantellina, abbigliamento comodo e pratico, borraccia, zaino da 25/40 litri, cappellino, occhiali da sole e crema solare protettiva.

Per altre informazioni generali sull'attrezzatura e sull'abbigliamento clicca [QUI](#)

... e consigliati Abbigliamento in generale comodo e pratico. Pantaloni lunghi per le escursioni. Scarpe comode per le visite e i momenti di relax. Coprizaino. Costume da bagno. Bastoncini da trekking o da nordic-walking: sempre più diffusi, sono sicuramente utili anche se non indispensabili. Se desiderate portarli con voi, ricordate che in aereo NON possono essere imbarcati in cabina con il bagaglio a mano ma devono essere inseriti nel bagaglio in stiva, altrimenti... rassegnatevi, rischiate di doverli lasciare in aeroporto alla partenza!

BAGAGLI Si raccomanda di contenere al massimo il bagaglio, utilizzando piccoli trolley o borsoni facilmente trasportabili. Evitare valigie rigide e molto ingombranti: il bagagliaio degli automezzi noleggiati ha una capienza limitata

SALVIAMO L'ORSO



ASSOCIAZIONE PER LA CONSERVAZIONE DELL'ORSO BRUNO MARSIANO
Devolviamo annualmente una parte dei ricavi all'Associazione "Salviamo l'Orso"

Biologi, naturalisti, dirigenti, studenti, operai, professionisti, insegnanti, veterinari, guardiaparco, impiegati...tutti, ma proprio tutti volontari appassionati di natura, che tengono fortemente al futuro dell'orso marsicano. e che hanno bisogno dell'aiuto di tutti per garantire un futuro a questo magnifico animale.

Viaggiando con FSNC contribuisce anche tu, ma se vuoi partecipare in modo più diretto e attivo, fai una donazione personale su www.salviamolorso.it

IL PROGRAMMA POTREBBE SUBIRE CAMBIAMENTI A DISCREZIONE DELLA GUIDA

Condizioni generali di partecipazione come da pacchetto di viaggio
Le condizioni di partecipazione sono regolate dalla Legge 1084/77 (CCV) e dal D.lgs. 79 del 23/05/2011 "Codice del Turismo" e ss. mm.

QUOTE DI PARTECIPAZIONE

Quota individuale di partecipazione:

€ 950,00

(In camera doppia condivisa)

Supplemento camera singola: € 210,00

Sistemazione in singola: sempre su richiesta e a disponibilità limitata.

LA QUOTA COMPRENDE:

pernottamento in hotel, in camere doppie con servizi privati; tasse di soggiorno; pensione completa (con pranzi al sacco); Dolomiti Card; Assistenza di Guida Ambientale Escursionistica per l'intera durata del viaggio.

LA QUOTA NON COMPRENDE:

spese di apertura pratica (vedi sotto); trasferimenti e trasporti locali (navette e/o mezzi pubblici); i pasti non espressamente inclusi e tutte le bevande; le entrate ai musei, ai parchi e ai monumenti; Funivia di Ciampedie (€26,00 circa); Funivia Col de Rossi (€28,00 circa); navetta Val Duron (€10,00 circa); quanto non contemplato nella voce "La quota comprende".

SPESE DI APERTURA PRATICA: € 20,00 obbligatorie, per persona.

Comprendono l'assicurazione medico-bagaglio; sono utilizzate anche per finanziare progetti di compensazione delle emissioni di CO₂ derivanti dalla partecipazione ai viaggi

NOTE: la quota è basata sulla sistemazione in doppia (sistemazione in camera singola su richiesta con supplemento). Per coloro che viaggiando da soli, richiedono comunque la sistemazione con altro/a partecipante, sarà assegnata la camera doppia in condivisione.

Qualora però, a ridosso della partenza, l'abbinamento non si fosse completato, si procederà all'assegnazione della camera singola con relativo supplemento.

ATTENZIONE! Ti ricordiamo che dopo due viaggi in un anno in Italia il terzo viaggio in Italia lo paghi la metà (a esclusione dei periodi di Capodanno e Pasqua).

IMPORTANTE! ANNULLAMENTO VIAGGIO. In caso di annullamento, fare riferimento alle "Condizioni Generali" del pacchetto di viaggio

ASSICURAZIONE ANNULLAMENTO VIAGGIO, CONDIZIONI E GARANZIE PER ANNULLAMENTI...

Facoltativa, non incluso nella quota, ma è possibile stipularla con un costo del **5% del totale dell'importo assicurato**. Richiedi comunque il preventivo effettivo.

L'assicurazione potrà essere stipulata esclusivamente al momento della prenotazione del viaggio.

Richiedici l'opuscolo informativo completo

PER VIAGGIARE IN TRANQUILLITA'



Potrai partire tranquillo per le vacanze e dovrai pensare soltanto a rilassarti e divertirti, grazie alle nostre polizze Nobis Assistance.

POLIZZA "TOUR" MEDICO/BAGAGLIO

Tutti i nostri viaggi includono la **polizza assicurativa Medico/Bagaglio** che garantisce assistenza medica durante il viaggio e copertura assicurativa in caso di ritardata consegna, danneggiamento o smarrimento del bagaglio. Richiedi l'opuscolo informativo

POLIZZA ANNULLAMENTO "TRAVEL"

Se desideri sentirti al sicuro contro eventuali imprevisti che potrebbero impedire la tua partenza, scegli la nostra **POLIZZA TRAVEL**, con un costo del 5% del totale assicurato. La polizza include anche la copertura in caso di positività al Covid-19. Richiedi l'opuscolo informativo

PER SAPERNE DI PIÙ**LA NOSTRA
FILOSOFIA**

Per rispetto verso la natura, la cultura degli abitanti locali e gli altri partecipanti, preghiamo di mantenere i **cellulari spenti durante le escursioni** o, in caso di necessità, con la suoneria disattivata o ridotta al minimo, allontanandosi per effettuare telefonate.

Per questioni di sicurezza l'uso di ombrelli in caso di pioggia non è consentito durante le escursioni.

In onore allo spirito di gruppo, il ritmo di camminata è dato dalle persone più "lente" e per questo il gruppo si fermerà sempre, quando necessario, per attendere eventuali "ritardatari"; ciò non esenta però i più "pigri" a fare del loro meglio per non distaccarsi troppo dal gruppo e rallentare eccessivamente le attività.

Per altre informazioni generali su come essere più sostenibili clicca [QUI](#)

CLIMA

Il Trentino-Alto Adige ha un clima con caratteristiche tipiche continentali e alpine di alta montagna. Le piogge cadono prevalentemente in estate sulle Dolomiti e sull'Alto Adige, mentre nel settore meridionale del Trentino-Alto Adige i picchi di piovosità si osservano durante quelle intermedie. L'inverno, la stagione con meno precipitazioni, è soprattutto nevoso, specie sui rilievi, naturalmente. La ragione della distribuzione stagionale delle precipitazioni è da ricercarsi nella relazione esistente tra correnti sinottiche dominanti e la conformazione del territorio. I venti più frequenti sono infatti di provenienza occidentale e meridionale specialmente durante le stagioni intermedie e nel periodo estivo. Invece in inverno prevalgono le correnti da nord o da est che apportano tempo più freddo e asciutto. Le correnti da sud sono le principali responsabili degli episodi di maltempo.

Tipico è anche il fenomeno del Foehn. Le estati sono calde e facilmente si superano i 30°C. Ma in occasione delle ondate di caldo si possono toccare e superare 35°C, come nella conca di Bolzano, spesso una delle città più calde d'Italia nella stagione estiva.

Gli inverni, come detto, sono rigidi. In Alto Adige e nelle zone di montagna più elevate, tra le zone più fredde d'Italia anche perché più esposte ai venti gelidi del nord-est europeo, le temperature scendono di molto sotto allo 0°C, con valori estremi anche inferiori a -30 °C. Altrove gli inverni sono ancora rigidi, ma l'azione protettiva dei rilievi da un lato e quella mitigatrice del lago di Garda dall'altro ne attenua i rigori. Durante le stagioni intermedie le temperature subiscono improvvise variazioni, ma generalmente sono abbastanza miti.

CUCINA

Val di Fassa vuol dire antiche tradizioni e sapori autentici, un viaggio alla scoperta della sua gastronomia permette di incontrare una squisita tradizione culinaria ma anche una storia e una cultura ricche di fascino e di suggestioni. La cucina trentina, e in particolare la cucina della Val di Fassa, è fortemente legata alle vicende storico-culturali che hanno attraversato questi territori. La gastronomia della Val di Fassa è il risultato di un felice connubio tra le tradizioni dei popoli di lingua tedesca e la tradizione tridentina, che nasce da un miscuglio di usanze lombarde e venete.

Le numerose ricette acquisite dal mondo tedesco si uniscono ad una tradizione culinaria rimasta intatta nel tempo e legata alla semplicità della vita contadina di una volta. Ad ingredienti come le patate e i crauti si uniscono quelli più legati al mondo contadino come il frumento, il miglio, il sorgo e il grano saraceno per dar vita a ricette gustose e irresistibili, come il gulash e i canederli "Knödel" di importazione nordica, la polenta, i tradizionali ravioli "cajoncie", la zuppa d'orzo.

La Val di Fassa è nota per la produzione di una grande varietà di formaggi, come il Dolomiti, il Fontàl, il ValFassa, e delle deliziose ricotte di capra, ma soprattutto per il famoso Caprino di Cavalese da assaporare con l'ottimo miele della Val Di Fassa, autentica essenza della flora e dei profumi della valle. I formaggi non sono l'unica specialità da assaporare, infatti i salumi freschi o stagionati come lo

speck, il miele, le marmellate e i piccoli frutti, i dolci come lo strudel e le frittelle di mele, la selvaggina, i funghi, le mousse di Trentingrana, la vasta offerta di Vini e la pregiata Birra di Fassa completano una gastronomia davvero ricca e saporita. L'offerta enogastronomica della Val di Fassa è genuina e naturale, non solo grazie al rapporto diretto con i produttori, alla valorizzazione dei prodotti a chilometri zero e alla riscoperta di antichi sapori e saperi, ma anche grazie all'aria e alle acque pulite della Val di Fassa, immersa in una natura incontaminata. Tanti sono gli eventi e le manifestazioni dedicate al gusto e ai sapori della Val di Fassa, tante le strutture ricettive riunite nel gruppo "Tradizione e gusto" pronte ad accogliere i propri ospiti per una vacanza enogastronomica in Val Di Fassa. La Val di Fassa offre l'occasione di percorrere la Strada dei Formaggi delle Dolomiti, un viaggio tra il gusto, ma anche tra la natura e le tradizioni, alla scoperta dei sapori e delle atmosfere di questa valle, un'esperienza in grado di coinvolgere e soddisfare tutti i sensi per un meritato soggiorno all'insegna dei piaceri della tavola.

PER SAPERNE DI PIÙ

Guide:

Val di Fassa, Catinaccio, Passo Pordoi. Eccezionali Dolomiti.

Con cartina escursionistica Editore: Kompass

Internet:

[Benvenuto in Val di Fassa](#) - [Canazei.com](#) – [Val di Fassa](#) - [Trentino.com](#)

METTI UN LIBRO NELLO ZAINO

"No ve desmention. Richard Löwy e i «giusti» della Val di Fassa" - di Chiara Iotti

"No ve desmention" (non vi dimentichiamo, in lingua ladina) è un romanzo che - attraverso fatti reali - si dipana lungo un secolo tra Auschwitz sulle tracce di Primo Levi e la Val di Fassa sulle tracce dell'ufficiale austro-ungarico ebreo Richard Löwy, tra le due guerre mondiali e oggi. Quasi una metafora della lotta senza fine tra male e bene, civiltà e barbarie, poesia e orrore. La memoria di una anziana, che si fa racconto tra «Scarpazi» e Dolomiti, ricama il fine tessuto della Storia, riportandoci a un tempo che abbiamo il dovere di non dimenticare.

"Apri gli occhi" - di Matteo Righetto

Luigi e Francesca sono partiti in un qualsiasi pomeriggio di giugno, hanno lasciato la città diretti verso le montagne, per rispondere a una vecchia domanda che ancora li tormenta. Molti anni prima Luigi e Francesca sono stati amici, fidanzati, coniugi, ma poi la loro vita insieme è finita, spezzata senza rimedio da un evento che li ha segnati per sempre. Oggi sono finalmente partiti perché soltanto lassù, forse, c'è la risposta a quella domanda che stringe loro la gola come un dolore primitivo. Durante il viaggio ricorderanno tutto, proveranno di nuovo a sorridersi e si prepareranno a un'escursione drammatica e bellissima, dolorosa ma necessaria, sulle rocce e dentro sé stessi.

"I monti pallidi: Storie e leggende delle Dolomiti" - di Karl Felix Wolff

La magia dei racconti millenari delle Dolomiti, le montagne che il sole ogni sera dipinge di un rosa incantato. Leggende e storie fatate che dai tempi più remoti i ladini tramandano ai figli, e ai figli dei figli. Il patrimonio folcloristico di queste antiche genti avvolge queste pagine abitate da re, nani, salvarie, vivane, principesse vanitose che rubano la luce dell'alba, geni delle acque, bregostene che vivono nei boschi, laghi colorati da arcobaleni disciolti. Sono fiabe che scivolano sul ghiacciaio della Marmolada, passeggiano nelle selve della val Gardena, che si arrampicano sulle vette del monte Cristallo fino a portarci sullo specchio lucente del lago di Lagorài cullati dal vento delle storie più remote dei nostri popoli.

"Il cercatore di luce" - di Carmine Abate

Carlo ha dodici anni quando sale in Scanupia, una montagna del Trentino, per trascorrere le vacanze estive nella baita di famiglia. I genitori non fanno che litigare, la tensione è palpabile, eppure un inatteso sollievo lo coglie quando si immerge nel dipinto appeso nella sua stanza: una giovane donna con un bambino tra le braccia. Chi sono quelle due persone? Al ragazzo pare di riconoscerle e chiede notizie alla Moma, la nonna originaria della Calabria, scoprendo che il nonno aveva conosciuto il pittore, Giovanni Segantini. Carlo si trova così a ricostruire la trama intima e collettiva di un intero

secolo, a partire dalla travolgente vicenda umana di Segantini, legata a quella della propria famiglia. Mentre è alle prese con i primi turbamenti sentimentali, il ragazzo si appassiona all'amore tra l'artista e Bice Bugatti, donna carismatica e compagna fedele, sempre al suo fianco dall'incontro a Milano agli anni in Brianza e in Svizzera. In un romanzo epico e visionario, Carmine Abate torna a raccontare una storia familiare, e vi intreccia la straordinaria avventura esistenziale e artistica di uno dei nostri più grandi pittori, muovendosi – con l'autorevolezza di chi li conosce nelle più segrete profondità – in luoghi lontani ma dalla identica, struggente meraviglia: dal Trentino di Arco e della Scanupia, paradiso naturale degli urogalli, alle altezze sublimi di Maloja, all'altopiano della Sila, monumento alla bellezza nel cuore del Mediterraneo. Avvalendosi di un meccanismo narrativo ad alta precisione, Abate scolpisce un potente romanzo corale che affronta temi universali: la vita, la natura, la morte, gli stessi del famoso "Trittico della Natura" di Giovanni Segantini. È lui l'inesausto cercatore di luce che, pur presagendo la fine ormai prossima, sale in montagna a dipingere l'ultima, grandiosa opera. L'unico modo per sconfiggere la morte. La sua e la nostra.

LE LIBRERIE SONO UN PATRIMONIO DELL'UMANITA': OGNI VOLTA CHE UNA LIBRERIA CHIUDE, DIVENTIAMO TUTTI UN PO' PIU' POVERI E PIU' SOLI.

Fai anche tu un piccolo passo: se ti è possibile, ordina e acquista i tuoi libri presso la tua libreria di fiducia evitando di acquistare on-line.

**GLI ALIENI
SONO FRA NOI:
COMBATTIAMOLI
INSIEME!**



Four Seasons Natura e Cultura aderisce al progetto Life ASAP – Alien Species Awareness Program (programma di consapevolezza sulle specie aliene).

COSA SONO. Le *specie aliene* sono quelle specie trasportate dall'uomo in modo volontario o accidentale al di fuori della loro area d'origine. Tra gli animali, sicuramente la *zanzara tigre* è il caso più conosciuto di specie aliena invasiva. Non tutte le specie aliene sono invasive, lo diventano solo quelle che nell'area di introduzione trovano le condizioni ottimali per riprodursi e diffondersi causando danni ecologici, economici e sanitari.

PERCHÈ COMBATTERLE. Le *specie aliene* invasive sono una delle principali cause di perdita di biodiversità e sono una minaccia per l'esistenza di moltissime specie autoctone oltre che per la salute umana. L'impatto sociale ed economico delle specie aliene invasive è stimato in oltre 12 miliardi di euro ogni anno nella sola Unione europea. Delle 12.000 specie aliene segnalate oggi in Europa, più di 3.000 sono presenti in Italia, di cui oltre il 15% sono invasive.

MAGGIORE CONSAPEVOLEZZA. I nostri comportamenti sono spesso determinanti e scatenanti il fenomeno, ad esempio quando piantiamo nei nostri giardini piante invasive, rilasciamo una tartarughina in uno stagno o, ancora, trasportiamo inavvertitamente semi o insetti nei nostri bagagli rientrando da un viaggio.

COSA POSSIAMO FARE A CASA.

1) Se non siamo in grado di mantenere in casa o in giardino i nostri animali alieni, non rilasciamoli né in un parco urbano né tantomeno in natura, piuttosto riportiamoli al negoziante o nelle apposite strutture pubbliche di accoglienza.

2) Non piantiamo mai specie aliene vegetali in natura (prati, boschi, stagni, dune, ecc.). Se proprio vogliamo delle piante ornamentali aliene nel nostro giardino facciamo sì che non esista il rischio che possano propagarsi e diffondersi.

COSA POSSIAMO FARE IN VIAGGIO. Facciamo attenzione a non acquistare o trasportare volontariamente o involontariamente specie aliene. Prima di tornare a casa, laviamo gli scarponi sotto acqua corrente per eliminare semi, spore o piccoli organismi. Nel dubbio, chiedi alla guida del tuo viaggio maggiori informazioni al riguardo.



VIAGGIA NATURALE



IL TURISMO SOSTENIBILE

COS'È IL TURISMO SOSTENIBILE?

Il principio fondamentale del turismo sostenibile è lo stesso del più generale sviluppo sostenibile: **attingere a risorse del presente, come natura e città d'arte, con tutti i ragionevoli limiti che impone la preoccupazione per il futuro.**

Il concetto di turismo sostenibile non aveva riconoscimento istituzionale fino al 1995, anno della prima Conferenza mondiale sul turismo sostenibile tenuta a Lanzarote, nelle isole Canarie, un convegno straordinario con più di seicento relatori provenienti da tutto il mondo.

Al termine della Conferenza, dopo lunghe e accese discussioni, fu redatta la Carta di Lanzarote, che adattava la strategia dello sviluppo sostenibile al mondo del turismo. Oggi considerata una pietra miliare nella storia del turismo sostenibile, individuava 14 punti e conteneva un Piano di Azione del Turismo sostenibile.

L'ECOTURISMO

La parola "ecoturismo" indica una forma di **turismo basato sull'amore e il rispetto della natura**. La motivazione più grande dell'ecoturista è l'osservazione e l'apprezzamento della natura e delle forme culturali e tradizionali dei popoli che la abitano.

Tutti siamo consapevoli dell'impatto che i viaggiatori possono avere nelle zone visitate e quindi desideriamo preservarne i valori ambientali e sociali. **Con l'ecoturismo è possibile sostenere la protezione di aree naturali anche attraverso la produzione di benefici economici per le comunità locali.**

Questo è il vero spirito del viaggio. Potrete immergervi nella realtà locale senza alterarne gli equilibri, ma nello stesso tempo offrendo possibilità di guadagno e di lavoro, incrementerete la coscienza di conservazione degli aspetti naturali e culturali presso la gente del luogo.

Cosa si propone l'ecoturismo attraverso gli operatori e i viaggiatori?

- **Proteggere l'ambiente** naturale e il patrimonio culturale del luogo.
- **Cooperare con le comunità locali** assicurando dei benefici economici con la presenza dei viaggiatori.
- **Rispettare la natura** e le popolazioni dei luoghi visitati.
- **Conservare flora, fauna** e zone protette.
- **Rispettare l'integrità delle culture locali** e delle loro abitudini.
- **Seguire le leggi e le regole dei paesi** visitati combattendo e scoraggiando l'abusivismo e le forme illegali di turismo (prostituzione e sfruttamento dei minori, acquisto di materiale esotico, etc.).
- **Dare sempre informazione**, anche agli altri turisti, sull'ecoturismo e i suoi principi.

A volte contrattare per qualche dollaro un souvenir può togliere a chi lo vende il minimo di sussistenza, mentre per noi è solo un gioco. Questo è un piccolo esempio per capire che anche un solo gesto può lasciare una traccia profonda sul nostro percorso.



L'IMPEGNO DI FOUR SEASONS NATURA E CULTURA PER LA SOSTENIBILITÀ

**Dal 1993 in Italia promuoviamo la cultura del turismo green e consapevole.
Da sempre siamo impegnati nella diffusione del viaggio autentico guidati dalla
passione per la natura, da vivere insieme e in sicurezza.**

I nostri viaggi sono da sempre gestiti in modo responsabile e sostenibile

- **Abbiamo sempre creduto in quattro semplici principi guida:**

- » che le comunità locali debbano beneficiare della nostra visita
- » che ogni destinazione è prima di tutto la casa di qualcun altro
- » che dovremmo lasciare i posti come vorremmo trovarli
- » che viaggiare debba arricchire emotivamente e culturalmente

- **Compensiamo la CO₂ prodotta dai nostri viaggi grazie a Climate Care**



Tutti i nostri viaggi sono a “zero CO₂”

Four Seasons Natura e Cultura attraverso Climate Care aiuta a ridurre l'emissione di gas serra finanziando progetti trasparenti di compensazione del CO₂ emesso dai trasporti dei nostri viaggi!

Four Seasons Natura e Cultura utilizza una parte delle quote di partecipazione per compensare l'impatto sul clima causato dal viaggio dei propri partecipanti, tramite il finanziamento di iniziative di abbattimento delle emissioni di CO₂.

Queste riduzioni sono fatte attraverso una serie di progetti trasparenti e contribuiti in tecnologie di energia sostenibili che non sono efficaci solo contro il cambio del clima ma possono portare anche estesi benefici alle comunità di tutto il mondo.

Calcola e compensa autonomamente emissioni provenienti dal volo aereo, dai viaggi in macchina e dall'uso di energia in genere durante il viaggio.

Per saperne di più sui progetti, visita www.climatecare.org o contatta Four Seasons Natura e Cultura.



- Siamo soci di AITR, l'Associazione Italiana Turismo Responsabile, e ne applichiamo e diffondiamo i criteri ai nostri partecipanti durante i viaggi: www.aitr.org
- Prepariamo tutti i nostri viaggi seguendo le linee guida delle carte di qualità degli organismi a cui aderiamo e ne applichiamo il più possibile i principi fondanti e inoltre:
 - » includiamo sempre un'esperienza educativa e di interpretazione;
 - » prevediamo un comportamento responsabile da parte dei partecipanti;
 - » organizziamo i viaggi in modo artigianale su piccola scala e per piccoli gruppi;
 - » usiamo il più possibile strutture ricettive e servizi gestiti da locali e non appartenenti a catene o network internazionali.



Le nostre guide sono iscritte ad AIGAE, Associazione Italiana Guide Ambientali Escursionistiche. Un marchio di qualità che garantisce professionalità, passione, competenza e sicurezza.



Four Seasons Natura e Cultura è socio di AITR, Associazione Italiana Turismo Responsabile, di cui condivide i principi che applica a tutti i propri viaggi.



THE CODE
Organizzazione mondiale
contro il turismo sessuale
e l'abuso sui minori



FIAVET, Associazione
Italiana Agenti di Viaggio,
aderendo al Fondo di
Garanzia delle Imprese
Turistiche



Four Seasons Natura
e Cultura è socia di
Interpret Europe



rete italiana di imprese per un turismo attivo e sostenibile

ANCHE IL VIAGGIO PIÙ LUNGO COMINCIA CON UN PASSO. IL TUO.

CURIOSI DI NATURA VIAGGIATORI PER CULTURA