

ALTOPIANO DEL TESINO
VALSUGANA

ESTATE 2022

TUTTE LE ATTIVITÀ
ALL'ARIA APERTA
IN TESINO





IL PROGETTO



Il progetto, voluto fortemente dall'Ecomuseo del Tesino, è nato per raccontare e scoprire il Tesino attraverso i temi della sostenibilità economica, sociale ed ambientale quali elementi indispensabili per lo sviluppo di questo territorio. L'iniziativa, attraverso quattro filoni, CAMMINARE, EDUCATION, BIKE e BENESSERE, offre ai visitatori per ogni giorno della settimana almeno una attività all'aria aperta per far scoprire i segreti di questa magnifica terra.



I PERCORSI DELLA TESINO LAGORAI BIKE

160 km di itinerari immersi nella natura incontaminata. La Tesino Lagorai bike offre agli amanti dell'outdoor la possibilità di scoprire un territorio ancora naturale e pieno di splendidi panorami da gustare in sella alla vostra Mountain Bike o E-MTB. Le strutture turistiche del luogo mettono a disposizione punti di ricarica e noleggio. Alla partenza di ogni Tour troverete un cartello "Start" dove verificare tutte le informazioni e scaricare la traccia gpx per il vostro navigatore. Tutte le tracce sono comunque scaricabili dal sito www.visitvalsugana.it e presso gli Uffici Apt è possibile acquistare la cartina a un costo di 3 euro.

IL CAMPO DA GOLF DI PIEVE TESINO

(Tesino Golf Club La Farfalla), è un 9 buche regolamentare affiliato alla Federazione Italiana Golf. Propone attività sia agonistiche che di avvicinamento a questo sport. E' aperto dalla primavera all'autunno.

IL PARCO AVVENTURA DI CINTE TESINO

Un nuovo parco avventura inaugurato nel 2021, è un modo divertente per vivere la montagna, per mettere alla prova le proprie capacità e il proprio coraggio. Ci si avventura in uno splendido bosco di abeti attraverso ponti sospesi, cavi, liane e piattaforme installate sugli alberi a diversi livelli di altezza e con cinque percorsi di diversa difficoltà. E' aperto tutti i giorni in primavera e estate.

LA GROTTA DI CASTELLO TESINO

Scoperta nel 1927, è l'unica grotta del Trentino attrezzata per la visita dei turisti. Tutt'oggi è anche l'unica che conserva rare e preziose tracce di fossili attribuiti all'Ursus Speleus Ros, l'orso delle caverne contemporaneo all'uomo preistorico del Quaternario. Le visite si effettuano da maggio a ottobre ed è necessaria la prenotazione presso APT Valsugana Lagorai tel. 0461 727730.

IL PARCO LA CASCATELLA A CASTELLO TESINO

A soli 2 km dal paese, è inserito nel magnifico scenario di un anfiteatro naturale. Qua la natura regala una fresca cascata, oltre ad un immenso prato verde, curato con minuziosa attenzione. Il parco è aperto nei mesi estivi e offre la possibilità di trascorrere ore rilassanti immersi nella natura.

IL BIOLAGO DI CASTELLO TESINO

Inaugurato nel 2021, rappresenta un'opportunità ulteriore volta al relax e al contatto con la natura. Costituisce un fiore all'occhiello e un valore aggiunto per la valle, ha una superficie balneabile di 700 mq ed è aperto tutti i giorni nei mesi estivi.





dal 18/07
al 29/08



15.30 - 17.00



Gratis



dal 18/07
al 12/09



18.15 - 19.30



5 € più 10 €
Per tesseramento*

LABORATORIO DI DISEGNO PER BAMBINI

Esploriamo insieme il mondo del disegno e dei colori. Attività per bambini e ragazzi (5-11 anni). Il punto di ritrovo sarà presso il Bar del Polifunzionale di Pieve Tesino (in caso di pioggia all'interno del Bar del Polifunzionale). Prenotazione obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730

HATHA YOGA

Yoga e Meditazione per tutti, necessari tappetino e coperta leggera. Il punto di ritrovo sarà presso il Parco San Rocco di Castello Tesino (in caso di pioggia palestra comunale). Prenotazione consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 348/2932661 (Donatella Zanarotti)





dal 19/07
al 30/08



9.00 - 12.00



Gratis

ESCURSIONI A PIEDI NEI MAGNIFICI PAESAGGI DEL TESINO

Facili passeggiate didattiche alla scoperta del territorio in compagnia degli Accompagnatori di Media Montagna. Il punto di ritrovo sarà comunicato al momento della prenotazione, la prenotazione è obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730



dal 19/07
al 30/08



15.30



Gratis

GIOCA TESINO

Laboratori giocosi per scoprire il territorio locale e l'ambiente di montagna. Attività per bambini e ragazzi (6-12 anni). Il punto di ritrovo sarà presso il Centro Flora e Fauna di Castello Tesino, prenotazione obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730



dal 19/07
al 30/08



18.00 - 19.00



5 euro + 10 euro
per tesseramento*

GINNASTICA POSTURALE

Conosciamo meglio le caratteristiche della nostra migliore postura e apprendiamo qualche consiglio da applicare nella quotidianità, saranno necessari tappetino e abbigliamento adatto. Il punto di ritrovo sarà presso l'Arboreto di Pieve Tesino (in caso di pioggia palestra comunale), la prenotazione è consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 335/6426593 (Roberto Fontanella)

 dal 13/07
al 31/08

 10.00

 Gratis

 dal 13/07
al 31/08

 15.00 - 17.00

 5 € a offerta
per il tempo

L'ORTO DEI BAMBINI

Ad ogni bambino il suo piccolo orto! Entriamo in contatto con la terra imparando a coltivare e a far crescere i nostri fiori e le nostre piantine. Il punto di ritrovo sarà presso il Centro Flora e Fauna di Castello Tesino, prenotazione obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730.

VI RACCONTO UNA STORIA – MEDITAZIONE CON IL MONACO

Attraverso alcune letture di brevi storie il Monaco Seiun trasmetterà semplici insegnamenti buddhisti per la vita quotidiana. Il punto di ritrovo sarà presso il Tempio Buddhista TENRYUZANJI a Cinte Tesino. La prenotazione è obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730, sono richiesti minimo 3 partecipanti.





 dal 23/06
al 08/09

 8.45 - 11.30

 10€

ALLA SCOPERTA DEL TESINO IN EMTB

Escursione in Mountain Bike a pedalata assistita alla scoperta dei percorsi della Tesino Bike. Adatta dai 10 anni in su (casco obbligatorio). Possibilità di noleggio ebike. Il punto di ritrovo sarà presso ufficio APT Castello Tesino, prenotazione obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730.

 dal 30/06
al 15/09

 16.30 - 18.00

 2€

VISITA CULTURALE AL GIARDINO D'EUROPA

Una passeggiata semplice alla scoperta di bellissime fioriture e dei tanti significati simbolici dell'unico giardino italiano dedicato all'Europa. Il ritrovo sarà presso il Museo Casa De Gasperi a Pieve Tesino. Prenotazione consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 0461314247 o scrivendo una mail a museo.fdg@degasperitn.it

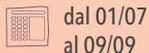
 dal 21/07
al 15/09

 18.15 - 19.30

 5€ + 10€
Per tesseramento*

HATHA YOGA

Yoga e Meditazione per tutti, necessari tappetino e coperta leggera. Il punto di ritrovo sarà presso il Parco San Rocco di Castello Tesino (in caso di pioggia palestra comunale). Prenotazione consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 348/2932661 (Donatella Zanarotti)



dal 01/07
al 09/09



9.00 - 12.00



10€

CAMMINANDO IN TESINO

Escursione alla scoperta dei percorsi del Tesino. Utilizzo mezzo proprio per spostamenti, il punto di ritrovo sarà comunicato al momento della prenotazione.

La prenotazione è obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente telefonando all'ufficio A.P.T. 0461/727730



dal 22/07
al 26/08



18.00 - 19.00



5€ + 10€
Per tesseramento*

GINNASTICA POSTURALE

Conosciamo meglio le caratteristiche della nostra migliore postura e apprendiamo qualche consiglio da applicare nella quotidianità. Necessario tappetino e abbigliamento adatto. Il ritrovo sarà presso l'Arboreto di Pieve Tesino (in caso di pioggia palestra comunale). La prenotazione è consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 335/6426593 (Roberto Fontanella).



Dal 08/07
al 26/08



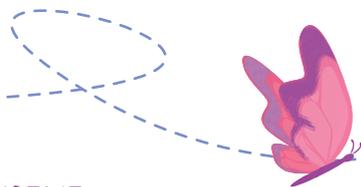
20.30 - 21.30



Gratis

LEGGENDE E RACCONTI DEL TESINO

Una serata all'insegna della fantasia e della tradizione con le leggende del Tesino. Il punto di ritrovo sarà presso l'Anfiteatro parco Flora e Fauna, località Le Parti, Castello Tesino. La prenotazione è consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero dell'ufficio A.P.T. 0461/727730.



L'ORTO DEI BAMBINI

Ad ogni bambino il suo piccolo orto! Entriamo in contatto con la terra imparando a coltivare e a far crescere i nostri fiori e le nostre piantine. Il punto di ritrovo sarà presso il Centro Flora e Fauna di Castello Tesino. La prenotazione è obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente Ufficio A.P.T. 0461/727730

 dal 16/07
al 03/09

 10.00

 Gratis

 dal 23/07
al 27/08

 16.00 - 17.00

 5€ + 10€
Per tesseramento*

 dal 16/07
al 10/09

 17.15 - 18.15

 5€

NORDIC WALKING

Una pratica per tutti! Vieni a camminare anche se non conosci la tecnica! E' un apprendimento in movimento, divertente e benefico. Il punto di ritrovo sarà comunicato al momento della prenotazione. La prenotazione è obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730

VISITA GUIDATA CON DEGUSTAZIONE

Degustazione dei prodotti dall'azienda agricola Maso Franz, a seconda della disponibilità: frutta fresca o trasformati alimentari prodotti nel laboratorio aziendale. Il punto di ritrovo sarà presso l'azienda agricola Maso Franz, via Campestrin 12 - Pieve Tesino. La prenotazione è consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 338/ 3352789 (Ilaria Nervo).





dal 24/07
al 28/08



10.00 - 11.00



5€ + 10€
Per tesseramento*

GINNASTICA POSTURALE

Conosciamo meglio le caratteristiche della nostra migliore postura e apprendiamo qualche consiglio da applicare nella quotidianità. Necessario tappetino e abbigliamento adatto. Il ritrovo è previsto presso l'Arboreto di Pieve Tesino (in caso di pioggia palestra comunale). Prenotazione consigliata ma non obbligatoria telefonando al numero 335/6426593 (Roberto Fontanella).

YOGA PER BAMBINI



dal 24/07
al 28/08



15.30



Gratis

Lo yoga per bambini è un'attività molto diversa da quella per adulti: elementi centrali sono il gioco e il movimento, il rispetto e la creatività, la capacità di rilassarsi e di concentrarsi.

Portare un telo personale. Il punto di ritrovo sarà presso l'Arboreto di Pieve Tesino (in caso di pioggia palestra comunale), sono richiesti almeno 2 partecipanti. La prenotazione è obbligatoria entro le ore 12.00 del giorno precedente ufficio A.P.T. 0461/727730



I NOSTRI PRODOTTI A KM 0

Il Tesino è terra generosa di prodotti gastronomici genuini a km 0: piccoli frutti e loro derivati, miele, ortaggi, erbe officinali, formaggi e burro di malga.

Li potrai gustare e acquistare nelle aziende agricole locali e nelle numerose malghe di montagna, che nei mesi estivi sono il simbolo più evidente dei ritmi antichi e delle tradizioni radicate dell'altopiano.

Nel lavoro di tutti troviamo grande impegno e passione, volti alla sostenibilità e alla tutela dell'ambiente che ci circonda.

Per maggiori info: ufficio A.P.T. di Castello Tesino, tel. 0461 727730



ALTOPIANO DEL TESINO



Comune di
Castello Tesino



Comune di
Pieve Tesino



Comune di
Cinte Tesino

