

DOLOMITI MONTAGNA ATTIVA

ESTATE 2021

DAL 5 LUGLIO
AL 11 SETTEMBRE

LUNEDÌ

Ore 08:30 partenza Colverde/San Martino
L'ARIA SOTTILE DELL'ALTOPIANO
con la Guida Alpina, uscita di giornata intera

Ore 09:30 al Parco Benessere di Primiero
RISVEGLIO MUSCOLARE
con l'istruttrice di ginnastica & fitness, un'ora di ginnastica aerobica

Ore 09:30 dal Parco Clarofonte di Primiero
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello facile, 3 ore ca.

MARTEDÌ

Ore 09:30 dal Parco Clarofonte di Primiero
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello medio-facile, 2 ore ca.

Ore 10:00 da Autostazione San Martino di C.
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello facile, 2 ore ca.

Ore 10:00 da Autostazione di Fiera di Primiero
TOUR IN E-BIKE i borghi del fondovalle
con l'istruttore di Mountain Bike, uscita di livello facile, 2 ore ca.
attività a tariffa convenzionata

MERCOLEDÌ

Ore 09:30 al Parco Benessere di Primiero
ORTO & YOGA
con Marina de l'Orto Pendolo e Katuscia di Associazione Haipule, 1 ora di Yoga e Meditazione nella natura estiva con i colori e i profumi degli orti di montagna.

Ore 09:30 da Rifugio Fonteghi, Val Noana
CANYONING SUL RIO NEVA
con la Guida Alpina, 3 ore ca.
attività a tariffa convenzionata

Ore 10:00 da Autostazione San Martino di C.
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello medio-facile, 3 ore ca.

Ore 10:20 da Casa del Parco - Val Canali
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello intermedio, 4 ore ca.

Ore 21:00 da Autostazione San Martino di C.
SCORCI NOTTURNI DI MONTAGNA
con l'accompagnatore di mezza montagna, uscita di livello facile, 1 ore ca.

GIOVEDÌ

Ore 8:30 Val di Scala, Vanoi
PROVA DI VIA FERRATA percorso didattico-tecnico
con la Guida Alpina, 2 ore ca.
DATE: 15-29/07; 12-26/08; 9/09

Ore 10:45 Val di Scala, Vanoi
PROVA DI VIA FERRATA percorso didattico-tecnico
con la Guida Alpina, 2 ore ca.
DATE: 15-29/07; 12-26/08; 9/09

Ore 09:30 dal Parco Clarofonte di Primiero
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello facile, 3 ore ca.

Ore 10:00 da Autostazione San Martino di C.
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello intermedio, 4 ore ca.

Ore 15:00 San Martino di Castrozza da Hotel Paladin
TOUR IN E-BIKE di bosco in malga
con l'istruttore di Mountain Bike, uscita di livello medio, 2 ore ca.
attività a tariffa convenzionata

Ore 16:00 alla Falesia del Castel Pietra, Val Canali
PROVA DI ARRAMPICATA
con la Guida Alpina, turno di un'ora e trenta
DATE: 8-22/07; 5-19/08; 2/09

Ore 17:45 alla Falesia del Castel Pietra, Val Canali
PROVA DI ARRAMPICATA
con la Guida Alpina, turno di un'ora e trenta
DATE: 8-22/07; 5-19/08; 2/09

Ore 21:30 dal Parco Clarofonte di Primiero
SCORCI NOTTURNI DEI BORGHI
con l'accompagnatore di mezza montagna, uscita di livello facile, 1 ore ca.

VENEDÌ

Ore 9:30 al Parco Benessere di Primiero
TOTAL BODY & CIRCUIT TRAINING
con l'istruttrice di ginnastica & fitness, un'ora a tempo di musica con l'utilizzo di attrezzature e circuiti di esercizi misti

Ore 9:30 dal Parco Clarofonte di Primiero
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello medio-facile, 3 ore ca.

Ore 10:00 da Autostazione San Martino di C.
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello medio-facile, 4 ore ca.



Ore 16:30 al Parco Plank di San Martino di C.
ORIENTEERING, percorsi di abilità e gioco
con l'allenatore, turno di 45'

Ore 17:30 al Parco Plank di San Martino di C.
ORIENTEERING, percorsi di abilità e gioco
con l'allenatore, turno di 45'

Ore 21:00 al Parco Clarofonte di Primiero
ORTO & YOGA
con Marina de l'Orto Pendolo e Katuscia di Associazione Haipule, 1 ora di Yoga e Meditazione: fasi lunari e costellazioni... il nostro riflesso luminoso.

SABATO

Ore 09:30 dal Parco Clarofonte di Primiero
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello facile, 3 ore ca.

Ore 10:00 da Autostazione San Martino di C.
LE PASSEGGIATE DI MEDIA MONTAGNA
con l'accompagnatore di media montagna, uscita di livello facile, 2 ore ca.

Ore 10:00 da Autostazione di Fiera di Primiero
TOUR IN E-BIKE i borghi del fondovalle
con l'istruttore di Mountain Bike, uscita di livello facile, 2 ore ca.
attività a tariffa convenzionata

Ore 16:30 al Parco Vallombrosa di Fiera di Primiero
ORIENTEERING, percorsi di abilità e gioco
con l'allenatore, turno di 45'

Ore 17:30 al Parco Vallombrosa di Fiera di Primiero
ORIENTEERING, percorsi di abilità e gioco
con l'allenatore, turno di 45'

INFO + PRENOTAZIONI:

online su: www.primeroiniziative.it

Presso le reception degli hotel, gli uffici dell'Azienda di Promozione Turistica, l'ufficio di Primiero Iniziative.

Le attività, ad opera di istruttori qualificati e nel rispetto dei protocolli di contenimento Covid19, sono soggette a prenotazione al più tardi entro le ore 18:00 due giorni ante attività, fino al numero massimo di partecipanti e nel rispetto del minimo di età, se previsto. Tutte le proposte potranno subire modifiche o annulli ad opera del professionista o dell'organizzatore, per meteo avverso e/o cause di forza maggiore.

CONTATTI

TEL. 0439-762525

EMAIL: info@primero.com

www.primeroiniziative.it